

Dokumentierte Patientenaufklärung Psychotherapie

Liebe Patientin, lieber Patient!

Sehr geehrte Erziehungsberechtigte!

Ziel von Psychotherapie ist es, Ihr psychisches Problem und darauf beruhende emotionale Belastungen, Verhaltensauffälligkeiten oder -defizite und deren / dessen belastende Konsequenzen zu beseitigen.

Ein psychisches Problem liegt vor, wenn jemand in bestimmten Situationen, bei bestimmten Personen, Entscheidungen oder Ereignissen unter unangemessen starken **belastenden Gefühlen wie Angst, Panik, Ärger, Wut, Verzweiflung, deprimiert sein oder Scham leidet**. Für solche Lösungen ist eine Veränderung Ihres Erlebens und auch Ihres Verhaltens notwendig. *Ohne Veränderung* einiger Gewohnheiten ist eine Veränderung des Problems so gut wie ausgeschlossen. Wir können zwar zunächst prüfen, ob Sie das Problem, d.h. eine äußere Situation oder einen anderen Menschen, ändern können. In den meisten Fällen aber (wenn es um andere Menschen geht) liegt es nicht in Ihrer Macht, außerhalb von Ihnen selbst eine Änderung zu bewirken. In all diesen Fällen bleibt dann bzw. noch die eigene Veränderung. Diese fällt den meisten Menschen schwer und erfordert manchmal intensiven persönlichen Einsatz. Außerdem kann es dabei neben den erwünschten auch unerwartete und möglicherweise unangenehme Wirkungen geben. Die erwünschten Wirkungen entsprechen den Therapiezielen, die wir gemeinsam zu Beginn der Therapie vereinbaren.

Wie und wodurch wirkt Psychotherapie?

Psychotherapie kann kurativ (heilend), palliativ (lindernd), gesundheitsfördernd, präventiv (vorbeugend) und persönlichkeitsentwickelnd wirken. Belegte unspezifische Wirkfaktoren sind die therapeutische Beziehung, einführendes Verstehen, emotionale Annahme und Stütze durch den Psychotherapeuten.

Psychotherapie wirkt spezifisch durch:

- die Förderung des emotionalen Ausdrucks,
- die Förderung von Einsichts- und Sinneserleben,
- die Verbesserung kommunikativer Kompetenz und Beziehungsfähigkeit,
- die Förderung der Bewusstheit, der Selbstregulation,
- die Förderung von Lernmöglichkeiten, Lernprozessen und Interessen, ebenso durch die
- günstige Beeinflussung kreativer Erlebnismöglichkeiten sowie
- die Erarbeitung von positiven Zukunftsperspektiven.

Weitere Wirkfaktoren sind die Förderung eines positiven persönlichen Wertebezuges sowie die Förderung tragfähiger sozialer Netzwerke und Erfahrungen der Zusammengehörigkeit.

Wie läuft eine Psychotherapie in der Regel ab?

Im Erstkontakt schildert der Patient seine psychosomatischen, kognitiven Beschwerden. Dabei sollten auch seine Erwartungen und Motivationen besprochen werden. In vertiefenden Folgegesprächen werden die Krankheitsvorgeschichte, die Biographie und die Lebenssituation des Patienten erfasst. Hieraus ergeben sich der psychische Befund, die Psychodynamik, die Diagnosen sowie der Therapieplan einschließlich der Therapieziele. Nach Abschluss der Diagnostik erfolgen die therapeutischen Interventionen, manchmal unter Einbezug des Umfelds und der Lebensgeschichte des Patienten. In einer gemeinsamen Reflexion zwischen Patient und Therapeut wird das zuvor Bearbeitete integriert, um die Umsetzung des Erfahrenen oder Erlernten im Alltag zu fördern.

Ihre aktive Mitarbeit ist dabei natürlich unerlässliche Voraussetzung. Nicht nur, dass Ihr Therapeut ja schlecht etwas für Sie neu- oder umlernen kann (das müssen Sie lästigerweise schon selbst besorgen), der Therapeut braucht auch Ihre Unterstützung bei der angemessenen Diagnose Ihrer Problematik, damit ein sinnvolles, auf Sie zugeschnittenes Behandlungsprogramm erstellt werden kann. Denn auch noch so geschulte Therapeuten können Ihre Gedanken, Motive, Einstellungen, Befürchtungen und Wertmaßstäbe nicht allein von außen erkennen. Dazu bedarf es Ihrer Mitarbeit in Form von Selbstbeobachtung, Übungen oder Protokollen, damit der Therapeut Informationen über die Eigenheiten von Ihnen erhält, die wesentlich Ihr Problem verursachen und damit auch Ihr Gefühlsleben steuern. Anders als bei körperlichen Erkrankungen reicht es nicht, in die Sprechstunde zukommen, um »behandelt« zu werden, etwas einzunehmen und dann auf Besserung zu warten, denn die Wirkfaktoren, die zu Ihrer Genesung führen, liegen in Ihnen selbst. Niemand –außer Ihnen! – hat dazu Zugang und könnte von außen, womöglich sogar gegen Ihren Willen, psychische Veränderungen bei Ihnen durchsetzen oder Ihre Beschwerden lindern. Ich werde Sie in der Therapie anleiten, werde mit Ihnen notwendige Erkenntnisse erarbeiten und Ihnen zeigen, wie Sie sie durch Neu- und Umlernen im Alltag umsetzen können.

Übungen und Hausaufgaben sind daher wesentliche Bestandteile Ihrer Therapie, da sie das Neu- und Umlernen fördern und den Therapieerfolg maßgeblich erhöhen. Für jede (in der Regel wöchentliche) Therapiestunde sollten Sie einen zusätzlichen Arbeitsaufwand von maximal drei bis fünf Stunden einplanen, um Tonaufnahmen Ihrer Therapiesitzungen abzuhören, Therapieprotokolle anzufertigen, vorher besprochene Hausaufgaben durchzuführen (z. B. über bestimmte Themen nachzudenken oder neue Denk- und Verhaltensweisen nach einem vorher abgesprochenen »Drehbuch« in Ihrem Alltag zu üben) oder Therapie-Begleitlektüre zu lesen.

Durch das Verlagern solcher Inhalte aus der Therapiestunde nach Hause wird kognitive Verhaltenstherapie so effektiv und erreicht im Vergleich zu anderen Verfahren das Therapieziel in kürzerer Zeit.

Wann wird Psychotherapie durchgeführt?

Bei psychischen oder psychosomatischen Erkrankungen aller Altersgruppen z. B. bei:

- Depressiven Störungen, Phobien, Angst- und Zwangsstörungen, teilweise mit körperlicher Begleitsymptomatik.
- Funktionsstörungen des Herzens, des Magen-Darm-Traktes, der Atmung, des Urogenitalsystems oder anderer Organsysteme ohne organpathologischen Befund.
- Somatoformen und chronischen Schmerzstörungen (z. B. Fibromyalgie).
- Störungen des Essverhaltens (Magersucht, Ess-Brechsucht, Adipositas).
- Störungen der Krankheitsverarbeitung, z. B. bei Krebserkrankung, nach Transplantation, während einer Dialyse, bei anderen chronisch körperlichen Erkrankungen wie bei essentiellm Hypertonus, Diabetes mellitus, Asthma bronchiale oder koronarer Herzkrankheit.
- psychosomatischen Krankheiten im engeren Sinne wie z. B. Colitis ulcerosa, Morbus Crohn, Ulcus

ventriculi, Neurodermitis usw.

- dissoziativen Störungen (Konversionsstörungen) wie z. B. psychogene Lähmungen, psychogene Aufmerksamkeits-, Konzentrations- oder Gedächtnisstörungen, psychogene Sensibilitäts- und Empfindungsstörungen, psychogene Krampfanfälle etc.
- Störungen der sexuellen Entwicklung und der sexuellen Identität.
- posttraumatischen Belastungsstörungen wie psychischen und psychosomatischen Störungen nach Unfällen, Verbrechen, sexuellem Missbrauch etc.
- artifizielle Störungen, z. B. selbstverletzendes Verhalten.
- Persönlichkeitsstörungen (Störungen zwischenmenschlicher Beziehungen).
- Hyperkinetische Störungen.

In welchen Fällen reicht ambulante Psychotherapie nicht bzw. nur unter Vorbehalt aus?

Grenzen der psychotherapeutischen Behandlung sind dann gegeben, wenn Störungsbilder zuerst bzw. begleitend eine körpermedizinische Krankenbehandlung durch einen Facharzt eines anderen Fachgebietes erfordern. Bei akuter Suizidgefahr kann die ambulante Therapie nicht weiter verfolgt werden.

Worauf sollten Sie bei Beginn einer Psychotherapie achten?

Es wird empfohlen, sich vor Beginn der Therapie über die verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren zu informieren (z.B. unter www.dgpm.de). Der Beginn einer Psychotherapie hängt von der Entscheidung des Patienten ab. Wichtig für die Entscheidung ist der Eindruck, dem Therapeut oder der Klinik vertrauen zu können. Das psychotherapeutische Verfahren sollte mit seinen Methoden, Techniken und Rahmenbedingungen von dem Patienten gut annehmbar sein. Zu Beginn der Therapie bespricht der Psychotherapeut mit dem Patienten die Gründe, warum Psychotherapie in Anspruch genommen wird, welche Ziele im Rahmen der Therapie erreicht werden sollen und woran der Therapieerfolg nach Abschluss der Behandlung gemessen werden soll. Ein vom Patienten mitgestalteter Therapieprozess hat sich für die Gesundheit als hilfreich erwiesen.

Frequenz und Dauer der psychotherapeutischen Behandlung [Wie oft?]

Frequenz und Dauer hängen vom jeweiligen Störungsbild (Komplexität des emotionalen Problems) bzw. von der Lebenssituation des Patienten / der Patientin ab und fallen je nach angewandter Methode unterschiedlich aus. Auch eine Langzeittherapie kann im Ausnahmefall über die 60. Sitzung hinaus verlängert werden. Hierfür ist erneut eine ausführliche schriftliche Begründung einzureichen, die im Gutachterverfahren geprüft wird. Durchschnittlich dauert eine Psychotherapie 12 bis 24 Monate.

Therapieunterbrechung, Therapeutenwechsel

Mit zunehmender Therapiedauer kann die Häufigkeit der Kontakte mit dem Psychotherapeuten verringert werden (z. B. 14-tägige Sitzungen). Grundsätzlich kann die Behandlung auch unterbrochen werden (z. B. bei einem Auslandsaufenthalt), die Therapiepause sollte jedoch nicht länger als sechs Monate andauern, weil sonst die Genehmigung der Krankenkasse erneut eingeholt werden muss. Auch wenn die Genehmigung an den Psychotherapeuten gebunden ist, der sie beantragt hat, ist auch während einer Psychotherapie ein Therapeutenwechsel prinzipiell möglich (z. B. bei einem Wohnortwechsel). Auf Antrag überträgt die Krankenkasse das Reststundenkontingent auf den zukünftigen Psychotherapeuten, vorausgesetzt dieser ist für das gleiche Psychotherapieverfahren zugelassen.

Therapieende

Der Patient kann jederzeit die Therapie beenden, sollte dies aber mit seinem Psychotherapeuten vorher besprechen. Wenn Sie und ich übereinstimmend zu der Einschätzung gelangt sind, dass das zu Beginn vereinbarte

Therapieziel erreicht wurde (hinreichende Besserung), wird die Behandlung (ggf. auch vor Ausschöpfung des Stundenkontingentes) beendet. In der Abschlussphase werden wichtige Therapieinhalte wiederholt, vorbeugende Maßnahmen gegen einen Rückfall (ein Wiederauftreten der Problematik) besprochen und ein Notfallplan erstellt. Auch nach dem Therapieende besteht (ohne neuerlichen Antrag) die Möglichkeit, gelegentlich Kontrolltermine bei Ihrem Psychotherapeuten in Anspruch zu nehmen.

Was müssen Patienten beachten? Rechte und Pflichten bei einer psychotherapeutischen Behandlung und besondere Hinweise

Rechtliche Grundlage für die Psychotherapie ist ein Therapievertrag, der wie jeder Dienstleistungsvertrag eine Leistung beinhaltet, nicht aber einen Erfolg verspricht. In der Therapie ist der respektvolle Umgang mit den Wünschen des Patienten unabdingbar. Der Patient hat ein Recht darauf, dass der Psychotherapeut Fragen zum therapeutischen Vorgehen beantwortet. Psychotherapeuten unterliegen ihrer jeweiligen Berufsordnung und sind zur Einhaltung der Berufspflichten wie z. B. Weiterbildung, Aufklärung, Dokumentation und Verschwiegenheit verpflichtet.

Kosten

In Deutschland sind die tiefenpsychologischen/psychodynamischen und die verhaltenstherapeutischen Verfahren als wissenschaftlich begründet und zu Lasten der Krankenversicherung abrechenbar anerkannt.

Im ambulanten Rahmen muss nach bis zu 6 probatorischen Sitzungen vom Psychotherapeuten die Kostenübernahme für weitere Sitzungen bei Ihrer Krankenkasse (GKV) beantragt werden. In der Regel gewährt sie einen Behandlungsumfang bei Kindern- und Jugendlichen von zusätzlichen 18 Sitzungen (Einzelsitzungen) und 6 Sitzungen für Bezugspersonen bei Kurzzeitbehandlung oder 45 Sitzungen (Einzelsitzungen) und 15 Sitzungen für Bezugspersonen bei Langzeittherapie.

Die Psychologischen-Psychotherapeuten sowie Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten müssen zusätzlich einen ärztlichen Konsiliarbericht einholen, durch welchen die medizinische Unbedenklichkeit der Psychotherapie bestätigt wird. Die Kosten stationärer und teilstationärer Krankenhausbehandlung werden von den gesetzlichen Krankenkassen und der Beihilfe übernommen. Bei privaten Krankenversicherungen empfiehlt es sich, vorab eine Kostenübernahmeerklärung anzufordern.

Risiken und Nebenwirkungen von Psychotherapie

- Psychotherapie kann als finanzielle und zeitliche Belastung empfunden werden.
- Sie kann in die bisherige Lebensweise und das Beziehungsgefüge eines Menschen eingreifen.
- Es kann Phasen der Symptomverschlechterung geben.
- Es können Phasen von Selbstüberschätzung und/oder Selbstzweifel eintreten.
- Partnerschaftliche, familiäre und freundschaftliche Beziehungen können sich verändern, verbessern oder verschlechtern.
- Berufliche Veränderungen in positiver und negativer Weise können auftreten.
- Es können in Folge der Psychotherapie Verstrickungen in der Beziehung zum Psychotherapeuten entstehen, die bearbeitet werden. Eine private Beziehung zum Psychotherapeuten ist ausgeschlossen; die psychotherapeutische Beziehung ist eine bezahlte Arbeitsbeziehung.
- Wenn Sie Medikamente einnehmen, ist dies mitzuteilen; Medikamente können auf die Psychotherapie Einfluss haben.
- Ebenso können mehrere Psychotherapien oder psychosoziale Beratungen gleichzeitig Einfluss auf die Psychotherapie haben. Auch dies sollten Sie mit Ihrem Psychotherapeuten besprechen.

Wenn sich Veränderungen, unabhängig davon, ob sie als Belastung oder als Entlastung empfunden werden, zeigen oder wenn keine Veränderung in Richtung der gestellten Therapieziele eintreten, ist es wichtig, dies offen mit dem Psychotherapeuten zu besprechen und das weitere Vorgehen abzustimmen.

Anmerkungen für eine psychotherapeutische Behandlung (GKV).

Der Patient erhält eine Behandlung in Terminsprechstunden mit genauer Zeitabsprache ohne Wartezeit.

Versäumte Terminsprechstunden werden dem Patienten als Privatliquidation direkt in Rechnung gestellt, wenn der speziell für ihn reservierte Termin nicht anderweitig vergeben werden kann. Das Ausfallhonorar beträgt ~50% der EBM-2018-Nr.: 35421/35422 oder EBM-2018-Nr.: 35425 (€91,02) ergo €45,50 (Verhaltenstherapeutische Einzelbehandlung über 50 Minuten) pro versäumten Termin.

Eine kostenfreie Terminabsage ist unter folgenden Bedingungen möglich: 48 Stunden im Voraus ohne besondere Begründung oder bis zu 12 Stunden vorher (Montag bis Freitag, jeweils 8.00 bis 18.00 Uhr; Sonnabend / Sonntage zählen nicht) bei unvorhersehbarer Erkrankung (bei Vorlage der Krankschreibung) als SMS oder Anrufbeantworternachricht an die Rufnummer 0176/650 34 917 oder per Mail an info@pep-hockeyplatz.de.

Die zuständige gesetzliche Versicherung erstattet keine Kosten für versäumte Terminsprechstunden!

Die Honorarabrechnung kann nur dann über die zuständige gesetzliche Versicherung erfolgen, wenn der Patient alle notwendigen Formalitäten erfüllt, wie zum Beispiel das rechtzeitige Erscheinen zu den vereinbarten Terminen.

Andernfalls werden die Leistungen dem Patienten - wie bei Privatpatienten - direkt in Rechnung gestellt.

Zur eigenen Kontrolle und fachlichen Supervision werden ggf. Ton- und/oder Bildaufzeichnungen von den Sitzungen gemacht. Die Inhalte aller Sitzungen unterliegen der Schweigepflicht.

Die Honorarforderung kann zu Abrechnungszwecken an eine Abrechnungsfirma abgetreten werden. Dies beinhaltet auch eine Weitergabe der Patienten-Basisdaten.

Die aktuelle Datenschutzbedingung [siehe: Rechtsgrundlage für die Verarbeitung Ihrer Daten ist Artikel 9 Absatz 2 lit. h) DSGVO in Verbindung mit § 22 Abs.1 Nr.1 lit. b) BDSG] liegt in den Räumlichkeiten des PEP am Hockeyplatz Wiesbadener Straße 7 in D-65549 Limburg an der Lahn zur Selbsteinsicht aus.

Für weitere Fragen steht Ihnen Ihr Psychotherapeut zur Verfügung.

Anmerkungen zum Aufklärungsgespräch:

Die Aufklärung erfolgte durch:

Sascha Matthies
Kinder- und Jugendlichen-
Psychotherapeut [VT]

Ort /

Datum Unterschrift des Therapeuten

Nach erfolgter Aufklärung

- möchte ich die mir vorgeschlagene Therapie durchführen
- lehne ich die Therapie ab.

Eine Kopie des Aufklärungsbogens wurde mir ausgehändigt. Ich hatte ausreichend Gelegenheit, meine Fragen zu stellen und habe die Aufklärung verstanden.

Ort / Datum

Unterschrift des Patienten

ggf.

Ort / Datum

Unterschrift der Erziehungsberechtigten