

Patienteninformation

Liebe Patienten, liebe Bezugspersonen,

mit diesem Merkblatt möchte ich Ihnen einen Überblick über meine Praxis und meine Vorgehensweise geben sowie Sie über die wesentliche Aspekte einer Psychotherapie aufklären.

Was ist Psychotherapie und wie funktioniert eine Psychotherapie?

Psychotherapie ist die Behandlung von psychischen („seelischen“) Erkrankungen mithilfe wissenschaftlich anerkannter Verfahren, Methoden und Techniken. Psychische Probleme können dazu führen, dass die alltäglichen Anforderungen des Lebens nicht mehr bewältigt werden können, da die Probleme das Erleben, das Verhalten sowie das geistige und körperliche Wohlbefinden stark beeinträchtigen und mit Leid, Verunsicherung und Einschränkungen der Lebensqualität einhergehen.

Psychotherapie erfolgt im persönlichen Gespräch und wird durch spezielle Methoden und Techniken ergänzt, die sich jeweils nach dem psychotherapeutischen Behandlungsverfahren unterscheiden. Derzeit sind durch den Gemeinsamen Bundesausschuss (www.g-ba.de) folgende **Behandlungsverfahren** anerkannt: Analytische Psychotherapie, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie und Verhaltenstherapie.

Das Behandlungsverfahren in meiner Praxis ist die **Kognitive Verhaltenstherapie**. Als Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut behandle ich Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres. In der Behandlung kommen Verfahren zum Einsatz, deren Wirksamkeit wissenschaftlich belegt ist. Das Ziel der Verhaltenstherapie ist es, Menschen zu helfen, ihr Denken, Fühlen und Handeln zu verändern, um somit ihre Probleme und Symptome zukünftig selbstständig meistern zu können. Diese Veränderungen können in einer vertrauensvollen Beziehung erreicht werden, in der Therapeut, Patient (Kind oder Jugendlicher) und seine Bezugspersonen aus dem familiären oder sozialen Umfeld gemeinsam Lösungen für die zu behandelnden Probleme entwickeln. Im Gespräch, im Spiel oder in Übungen werden Veränderungen im Erleben und Handeln vorbereitet und gefördert.

In der Behandlung kann eine Vielzahl von Methoden eingesetzt werden, z.B. Konfrontation mit problematischen Situationen, die Veränderung bestimmter gedanklicher Bewertungen oder die Einübung von neuen Verhaltensweisen (z. B. sozial kompetentes Verhalten, Entspannung). Am Anfang der Behandlung steht nach einer ausführlichen Diagnostik die ausführliche Informationsvermittlung über die Erkrankung und deren Behandlungsmöglichkeiten. Zwischen den Therapiesitzungen wird der Patient durch die Ausführung von praktischen Übungen neue Herangehensweisen erproben können. Die Behandlung richtet sich nach den anfänglich gemeinsam besprochenen Therapiezielen.

Neben einer vertrauensvollen Beziehung ist die Transparenz in der Behandlung eine wesentliche Voraussetzung für das Gelingen der Behandlung. Die Behandlungsziele und -methoden werden gemeinsam festgelegt und ausführlich erklärt. Bei Rückfragen oder Anmerkungen darf und soll offen mit Unklarheiten umgegangen werden, um diese gemeinsam zu klären. Vor allem zu Beginn einer Therapie kann es vorkommen, dass sich die Symptomatik zunächst einmal etwas verschlechtert, da die Probleme und Sorgen mehr Raum im Leben der Patienten einnehmen. Dies sollte dann unbedingt mit dem Therapeuten besprochen werden. Insbesondere Selbstmordgedanken und -impulse sollten



unbedingt offen angesprochen und mitgeteilt werden, um entsprechende Maßnahmen zur Abwendung einer Selbstgefährdung einleiten zu können.

Vor Beginn einer Psychotherapie ist es notwendig bei einem Haus- oder Kinderarzt abklären zu lassen, ob körperliche Ursachen für die psychische Erkrankung (mit-)verantwortlich sein können. Gesetzlich versicherte und beihilfeberechtigte Patienten müssen hierzu auf einem dafür vorgeschriebenen Formular den **Kosiliarbericht** eines berechtigten Arztes einholen und ihn möglichst zeitnah dem Therapeuten zurückzugeben. Bei privat versicherten Personen und Selbstzahlern reicht in der Regel eine formlose ärztliche Bescheinigung aus.

Kosten

Die **gesetzlichen Krankenkassen** übernehmen in der Regel die Kosten für eine Psychotherapie. Zum Erstgespräch und im Anschluss jeweils zum ersten Termin im Quartal muss die Versicherungskarte des Patienten mitgebracht werden. Die Kosten für die Behandlung werden dann zwischen Therapeut und Krankenkasse über die Kassenärztliche Vereinigung abgerechnet. Ein Wechsel der Krankenkasse sowie die Veränderung persönlicher Daten ist daher unverzüglich mitzuteilen.

Zur Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenversicherung wird nach einem Erstgespräch und zwei bis sechs probatorischen Stunden bei der Krankenkasse die Behandlung beantragt bzw. angezeigt. In den probatorischen Sitzungen werden in einer gründlichen Diagnostik die Probleme abgeklärt, die persönliche Passung zwischen Patient und Therapeut abgeschätzt und Informationen über die Psychotherapie gegeben. Erst im Anschluss wird je nach Anzahl voraussichtlicher Therapiestunden die Therapie bei der Krankenkasse für eine Kostenübernahme angezeigt oder beantragt.

Private Krankenkassen übernehmen in der Regel ebenfalls die Behandlungskosten, wobei der Umfang der übernommenen Therapiestunden sowie das Vorgehen der Beantragung hier jeweils sehr verschieden ist. Bitte klären Sie daher im Vorfeld der Behandlung mit der Versicherung / der Beihilfe ab, inwieweit die Kosten für eine Psychotherapie übernommen werden.

Die Behandlungskosten werden dann zwischen Patient und Therapeuten direkt abgerechnet. Privat versicherte Personen erhalten entsprechend eine Rechnung des Therapeuten, die fristgerecht und unabhängig von der Kostenübernahme durch den Versicherer zu begleichen ist und im Anschluss beim Versicherer / der Beihilfe eingereicht werden muss.

Es besteht zudem die Möglichkeit, Psychotherapie als **Selbstzahler** und damit auch unter Ausschluss ihrer Krankenversicherung in Anspruch zu nehmen oder nach Auslaufen der Kassenfinanzierung weiter über eine individuelle Vereinbarung fortzuführen. Auch hier werde die Leistungen direkt zwischen Therapeut und Patient abgerechnet.

Der Ablauf einer Psychotherapie

Am Beginn einer Psychotherapie steht immer ein Erstgespräch, welches im Rahmen einer fest terminierten **psychotherapeutischen Sprechstunde** stattfindet. Bereits für das Erstgespräch wird das Einverständnis in die Behandlung von allen Sorgeberechtigten benötigt. In bis zu 10 Sprechstundenterminen á 25 Minuten soll abgeklärt werden, ob ein Verdacht auf eine psychische Krankheit vorliegt und der Patient eine Psychotherapie benötigt, oder ob ihm mit anderen Unterstützungsangeboten geholfen werden kann. Eine entsprechende Empfehlung (PTV 11) wird Ihnen anschließend schriftlich ausgehändigt. Sollte eine Psychotherapie empfohlen werden, in meiner Praxis jedoch kein Therapieplatz verfügbar sein, können Sie sich mit dieser Empfehlung an eine Kollegin/einen Kollegen wenden, um dort eine Psychotherapie zu beginnen. Im Anschluss an eine psychotherapeutische Sprechstunde kann entweder eine **Akutbehandlung** für Patienten in akuten psychischen Krisen begonnen oder eine **Richtlinientherapie** beantragt werden.

Vor Beginn einer Richtlinientherapie finden „Probegespräche“, sogenannte **probatorische Sitzungen**, statt. Hierbei soll geprüft werden, ob die „Chemie“ zwischen Therapeut und Patient und dessen Bezugspersonen stimmt und ob eine vertrauensvolle Beziehung aufgebaut werden kann. Neben einer ausführlichen Diagnostik erklärt der Therapeut zudem die Vorgehensweise einer Behandlung. Therapieziele, ein Behandlungsplan und die voraussichtliche Therapiedauer werden besprochen. Auf dieser Grundlage wird in der Folge bei der Krankenkasse die Kostenübernahme der Psychotherapie



beantragt. Die Durchführung einer ambulanten Richtlinienpsychotherapie als **Kurz- oder Langzeittherapie** ist sowohl für gesetzlich Krankenversicherte wie auch in den allermeisten Fällen für Privatversicherte antrags- und genehmigungspflichtig. Antragssteller sind die Eltern minderjähriger Patienten. Patienten ab einem Alter von 15 Jahren und volljährige junge Erwachsene können einen Antrag auf Kostenübernahme einer Psychotherapie selbst stellen. Die notwendigen Formulare sowie Unterstützung beim Ausfüllen des Antrages erhalten Sie von mir. Die Begutachtung des Antrages erfolgt anonym durch einen Gutachter. Erst nach Bewilligung der Krankenkasse kann die eigentliche Behandlung begonnen werden. Eine Therapiestunde dauert in der Regel 50 Minuten und findet zu fest vereinbarten Zeiten statt.

Schweigepflicht der Therapeuten / Verschwiegenheit des Patienten

Psychotherapeuten unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht. Informationen werden an Dritte – ausgenommen Mitarbeiter der Praxis – nur mit Ihrem ausdrücklichen schriftlichen Einverständnis weitergegeben. Sie als Sorgeberechtigte / Patienten entbinden den Psychotherapeuten und Mitbehandler untereinander in einer gesonderten Erklärung von ihrer Schweigepflicht und stimmen der Einholung von Einkünften somit ausdrücklich zu.

Der Gesetzgeber räumt zudem Kindern und Jugendlichen ein Recht auf informationelle Selbstbestimmung ein, sofern sie über ein entsprechendes Einsichts- und Urteilsvermögen verfügen, welches in der Regel ab einem Alter von 14 Jahren vorausgesetzt wird. Dies bedeutet, dass Informationen, die von Kindern oder Jugendlichen stammen, ebenfalls der Schweigepflicht unterliegen, auch gegenüber Eltern und Sorgeberechtigten.

Die Patienten und deren Bezugspersonen verpflichten sich ebenfalls zur Verschwiegenheit über andere Patienten, von denen Sie zufällig Kenntnis erhalten, beispielsweise über Wartezimmerkontakte.

Feste Terminvereinbarung / Ausfallhonorar

Die psychotherapeutischen Sitzungen finden in der Regel, wenn nicht anders vereinbart, **einmal wöchentlich zu einem fest vereinbarten und verbindlichem Termin** statt. Terminabsagen sind nur aus wichtigem Grund möglich, zuvor sollte möglichst nach einem Ausweichtermin gesucht werden.

Der Patient und dessen Bezugspersonen verpflichten sich, die fest vereinbarten Termine pünktlich wahrzunehmen und im **Verhinderungsfall** rechtzeitig, d.h. spätestens 48 Stunden (2 Tage) vor dem Termin, abzusagen. Dazu genügt eine schriftliche Mitteilung per E-Mail (praxis@psychotherapie-emrich.de) oder eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter.

Da psychotherapeutische Praxen aufgrund der Zeitgebundenheit der psychotherapeutischen Sitzungen nach einem strikten Bestellprinzip arbeiten und zu jedem Termin nur ein Patient einbestellt ist, wird bei späteren Terminabsagen, die nicht in einer glaubhaften Erkrankung begründet sind (auf Nachfrage wird ggf. die Vorlage eines ärztlichen Attests erbeten), ein **Ausfallhonorar** in Höhe von 50€ in Rechnung gestellt, welches privat getragen werden muss, da es von der Krankenversicherung nicht übernommen werden. Bei mehrmaligen kurzfristigen Terminabsagen und -ausfällen behalte ich mir eine Beendigung der Behandlung vor.

Beendigung und vorzeitiger Abbruch der Therapie

Die Psychotherapie endet mit Ausschöpfung des seitens der Krankenkasse bewilligten Stundenkontingents bzw. früher, sofern die Symptomatik nicht weiter behandlungsbedürftig ist.

Es besteht für beide Seiten – Patient und Therapeut – die Möglichkeit, das Behandlungsverhältnis ohne Einhaltung einer Frist zu beenden. In diesem Fall ist es wünschenswert, die Behandlung in zwei Abschlusssitzungen in guter Weise einvernehmlich abzuschließen.

Selbstverpflichtungserwartungen an den Patienten

Eine psychotherapeutische Behandlung kann nur erfolgreich sein, wenn der Patient und dessen Bezugspersonen auch zwischen den Therapiestunden an den besprochenen Therapieinhalten arbeiten.



Insbesondere bei einer Verhaltenstherapie ist es wichtig, dass Patienten neue Wege im Umgang mit eigenen Gefühlen und Verhaltensweisen erproben, und sich aktiv in die Behandlung einbringen. Hierzu verpflichten sich sowohl Patient als auch die wichtigen familiären und sozialen Bezugspersonen.

Um den Erfolg einer Psychotherapie nicht zu gefährden oder zu behindern, verpflichten sich die Patienten ebenfalls, mindestens während des Zeitraumes von Beginn bis zum Abschluss einer Psychotherapie **keine Drogen oder andere Suchtmittel** zu konsumieren.

Weiter verpflichten sich die Patienten, **keine Suizidversuche** (Selbstmordversuche) zu unternehmen, sondern sich bei sich aufdrängenden Suizidgedanken oder in anderen Krisensituationen unverzüglich in eine stationäre Behandlung zu begeben, um kurzfristig und für die Dauer der akuten Gefährdung Schutz und Hilfe zu erhalten. Sowohl die Patienten als auch die Bezugspersonen verpflichten sich, den Therapeuten direkt über die eigene Selbstmordabsichten bzw. den Verdacht, dass sich der Patient etwas antun könnte zu informieren.

Notfälle

Bei Notfällen wie z.B. akuter Suizidalität oder heftigen emotionalen Krisen kann eine stationäre Krisenintervention erforderlich werden. Sollte dies im Rahmen einer Therapiestunde zum Thema werden, werde ich in Absprache mit den Sorgeberechtigten ggf. eine Einweisung in ein psychiatrisches Krankenhaus empfehlen.

Außerhalb der persönlichen Kontakte (Therapiestunden) wenden Sie sich im Notfall bitte direkt an die regional zuständige Klinik. Bitte beachten Sie, dass ich während der Behandlungen oder außerhalb der Arbeitszeiten telefonisch nicht erreichbar bin. Die Patienten, bzw. deren Bezugspersonen verpflichten sich jedoch, mich über eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter oder per E-Mail anschließend über eine Krisensituation zu informieren.

Zuständige Klinik für den **Bereich Worms / Rheinhessen**:

Rheinhessen-Fachklinik Alzey,
Abteilung für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik
Dautenheimer Landstraße 66, 55232 Alzey
Notfalltelefon: 06731 / 500

Zuständige Klinik für den **Bereich Bergstraße / südliches Hessen**:

Vitos Klinik Hofheim
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik
Philippsanlage 101, 64560 Riedstadt
Notfalltelefon: Tel. 06158 / 183-350

Zuständige Klinik für den **nördl. Rheinpfalzkreis, Frankenthal und Ludwigshafen**:

St. Marien- und St. Anastifts Krankenhaus
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie
Karolina-Burger-Str. 51, 67065 Ludwigshafen
Notfalltelefon: Tel. 0621 / 5702-0

Zuständige Klinik für den **Landkreis Donnersberg**:

Pfalzkrankenhaus für Psychiatrie und Neurologie
Pfalzinstitut – Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychosomatik und -psychotherapie
Weinstraße 100, 76889 Klingenmünster
Notfalltelefon: 06349 / 900-3210

