

## **Informationsblatt zur Psychotherapie**

### **Psychotherapie**

... ist die Behandlung von Menschen mit seelischen oder körperlichen Leidenszuständen in Form von Gesprächen. Ziel ist die Heilung oder Besserung bestehender Krankheiten und die Förderung der Entwicklung und Gesundheit der KlientInnen. Dieser Prozess findet in Form von Einzeltherapie, Paar- und Familientherapie oder Gruppentherapie statt.

### **Gesundheit**

... meint nicht nur die Abwesenheit von Krankheit sondern wird als Zustand körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens des Menschen in seiner gesamten Lebenssituation (WHO) betrachtet. Weder nur körperliche noch nur psychische Ursachen oder äußere Umstände bedingen Krankheiten, sondern das Zusammenwirken verschiedener Bedingungen. Dieses Zusammenwirken kann psychotherapeutisch beeinflusst werden.

### **Zusammenarbeit von PsychotherapeutInnen und ÄrztInnen**

Bei manchen Symptomen bzw. Krankheitsformen ist bekannt, dass eine Kombination von medizinischer und psychotherapeutischer Behandlung am wirksamsten ist.

### **Indikationen für eine Psychotherapie**

Probleme können hauptsächlich Sie selbst, Sie und Ihre/n PartnerIn, Sie und Ihre Familie, Sie und Ihren Job betreffen. Gerne kann ich Ihnen zu Ihrer individuellen Situation in einem persönlichen (gerne auch telefonischen) Gespräch detailliertere Fragen beantworten.

### **Verschwiegenheitspflicht**

PsychotherapeutInnen unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht. Auch an Angehörige, behandelnde ÄrztInnen, Anwälte usw. dürfen keine Inhalte der Therapie weitergegeben werden.

### **Dauer**

Einzelsitzungen dauern 45 (1 Einheit), Paar- und Familientherapiesitzungen 90 Minuten (2 Einheiten) exkl. Dokumentation. Die Abstände zwischen den Sitzungen variieren meist zwischen 1 und 2 Wochen, in Krisenfällen auch öfter oder telefonisch. Ob eine kürzere oder längere Psychotherapie angezeigt ist, hängt ganz vom System bzw. der Problemstellung der KlientInnen ab.

### **Kosten**

Mittels Antrag an Ihre Krankenkasse wird ein je Kasse unterschiedlich festgeschriebener Anteil pro Sitzung refundiert. Die ersten 10 Sitzungen sind (für ÖGK-Versicherte) antragsfrei. Wird die Therapie über andere Kostenträger finanziert, so sind hier weitere Bedingungen zu beachten (Stellungnahme der TherapeutIn, Vorfinanzierung des Krankenkassenbeitrages).

### **Absagen**

Vereinbarte Termin können bis spätestens 48 Stunden vorher verschoben oder abgesagt werden, andernfalls wird Ihnen die für Sie reservierte Einheit in Rechnung gestellt.