

Merkblatt zur psychotherapeutischen Behandlung

Rechte & Pflichten

Zu Beginn der Therapie wird ein schriftlicher Behandlungsvertrag bezüglich Vorgangsweise der Psychotherapie sowie Rechten und Pflichten zwischen Klient und Therapeut vereinbart. In diesem wird auch die Höhe des Ausfallhonorars bei nicht fristgerechtem Absagen bzw. Nichterscheinen zur Therapiesitzung festgelegt.

Der Klient hat ein Recht darauf, dass der Therapeut Fragen zum therapeutischen Vorgehen sowie zur Diagnosestellung verständlich und ausführlich beantwortet. Auch Nebenwirkungen von Psychotherapie sollten angesprochen werden.

Der Therapeut darf nicht seinen persönlichen oder wirtschaftlichen Interessen gegenüber Klienten folgen.

Der Therapeut hat laut dem Psychotherapiegesetz Berufspflichten wie z.B. Weiterbildungen und Verschwiegenheit. Zudem werden regelmäßig Supervisionen in Anspruch genommen.

Termine zu psychotherapeutischen Sitzungen werden individuell zwischen Klient und Therapeut verbindlich vereinbart. Der Klient verpflichtet sich, die fest vereinbarten Behandlungstermine pünktlich wahrzunehmen und im Verhinderungsfalle rechtzeitig, d.h. 24 Stunden vor dem vereinbarten Termin, abzusagen bzw. absagen zu lassen. Dazu genügt eine schriftliche Mitteilung (Brief, Email) oder eine telefonische Absage (auch auf Anrufbeantworter).

Der Klient verpflichtet sich, um den Erfolg der Therapie nicht zu gefährden, mindestens während des Zeitraumes von Beginn bis zum Abschluss der ambulanten Psychotherapie keine Drogen und, insbesondere für den Fall einer bestehenden Suchterkrankung, keine Suchtmittel zu sich zu nehmen oder zu benutzen. Der Klient ist mit geeigneten, diesbezüglichen Kontrollen einverstanden.

Der Klient verpflichtet sich, mindestens während des Zeitraumes von Beginn bis zum Abschluss der ambulanten Psychotherapie keinen Suizidversuch zu unternehmen, sondern sich ggf. unverzüglich in stationäre Behandlung zu begeben, um kurzfristig und für die Dauer der akuten Gefährdung Schutz und Hilfe zu erhalten.

Risiken & Nebenwirkungen

Psychotherapie nimmt viel Zeit und persönliches Engagement in Anspruch. Sie ist schlichtweg anstrengend. Klienten berichten häufig von Einschlafschwierigkeiten am Tag vor und nach einer Therapiesitzung.

Psychotherapie erfordert eine aufrichtige, authentische Beziehungsaufnahme zum Therapeuten. Dieser Kontakt ist eine bezahlte Arbeitsbeziehung und sollte frei von privaten und freundschaftlichen Einflüssen sein. Bitte sehen Sie von Geschenken und Zuwendungen sowie persönlichen Fragen an den Therapeuten ab. Diese führen zu Verstrickungen und weichen von dem Arbeitskontext ab.

Im Laufe der Therapie kann es zu Phasen der Verschlechterung des Befindens kommen. Behandlungsgespräche können aufwühlen. Gerade wenn man Probleme analysiert und sich bewusst mit diesen auseinandersetzt, führt das manchmal zu temporären Stimmungseintrübungen.

Psychotherapie kann Veränderungen im persönlichen Empfinden, Wahrnehmen und Verhalten bewirken. Diese Veränderungen können sich auch auf partnerschaftliche, familiäre und freundschaftliche Beziehungen auswirken.

Es können sich auch berufliche Veränderungen in positiver wie auch negativer Weise ergeben.

Bitte sprechen Sie Nebenwirkungen und Veränderungen in der Therapie an! Wenn Sie sich von dem Therapeuten längerfristig nicht ausreichend verstanden fühlen, sprechen Sie ihre Problematik mit anderen fachlich kompetenten Personen ab, d.h. holen Sie sich eine Zweitmeinung ein. Ziehen Sie auch einen Therapeutenwechsel in Betracht, denn wichtige, wissenschaftlich erwiesene Wirkfaktoren sind u.a. die therapeutische Beziehung, einführendes Verstehen, emotionale Annahme und Unterstützung durch den Therapeuten.

Wenn eine Therapie scheitert

Der Klient kann jederzeit die Therapie beenden oder den Therapeuten wechseln, sollte dies aber zuvor mit dem Therapeuten besprechen, damit dieser den Weg für einen Wechsel ebnen kann.

Auch der Therapeut behält sich vor, bei offensichtlich fehlender Motivation, bei fehlender Mitarbeit, bei Verstößen gegen den Behandlungsvertrag sowie einer gestörten therapeutischen Beziehung, die Therapie von sich aus und ohne das erklärte Einverständnis des Klienten zu beenden.

Wenn eine Therapie scheitert, ist dies für beide Seiten belastend und zugleich entlastend. Es macht keinen Sinn, eine erfolglose Therapie fortzuführen bzw. zu verlängern. Gründe einer gescheiterten Therapie sind schwer auszumachen. Meist tragen mehrere Faktoren zum ungünstigen Verlauf bei. Wahrscheinlich spielen nicht nur die Probleme und Arbeitshaltung der Klienten, der Schweregrad der Erkrankung und die Fähigkeiten des Therapeuten eine Rolle, sondern auch, wie gut beide miteinander harmonisieren. Man passt nicht zu jedem - dies liegt in der Natur der Sache. Manchmal ist auch ein anderes therapeutisches das bessere Mittel zum Erfolg. Scheuen Sie sich nach einer gescheiterten Therapie nicht, weiter für sich Hilfe und Behandlung zu suchen!