

Dokumentierte Patientenaufklärung Psychotherapie in Anlehnung an die DGPM

© DGPM Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie, Berlin, www.dgpm.de

Liebe Patientin, lieber Patient,

Ihre Ärztin hat Ihnen eine ambulante psychosomatisch-psychotherapeutische Behandlung vorgeschlagen. Bevor Sie sich dafür entscheiden, sind Sie über wichtige Umstände einer psychosomatisch-psychotherapeutischen Behandlung zu informieren, damit Sie sich für oder gegen eine ärztliche Psychotherapie entscheiden können. Das Aufklärungsblatt soll helfen, das persönliche Gespräch mit der Ärztin vorzubereiten und die wichtigsten Punkte zu dokumentieren.

Was ist das Ziel einer psychosomatischpsychotherapeutischen Behandlung?

Ziel einer psychosomatisch-psychotherapeutischen Behandlung ist - ganz allgemein - die nachhaltige Verbesserung des seelischen, geistigen und/oder körperlichen Befindens.

Was ist fachärztliche Psychotherapie?

- Fachärztliche Psychotherapie ist Krankenbehandlung,
- bei seelisch bedingten Krankheiten, Beschwerden, Störungen,
- mittels wissenschaftlich begründeter und empirisch geprüfter Verfahren und Methoden,
- mit Bezug auf wissenschaftlich begründete und empirisch gesicherte Krankheits-, Behandlungs- und Heilungstheorien,
- durchgeführt nach qualifizierter Diagnostik und Differentialdiagnostik,
- mit zu Beginn formulierten und im Verlauf evaluierten Therapiezielen,
- durchgeführt von professionellen ärztlichen Psychotherapeuten mit geprüfter Berufsqualifikation (Facharztqualifikation oder Bereichsbezeichnung Psychotherapie),
- unter Wahrung ethischer Grundsätze und Normen.

Esoterische Verfahren dürfen im Rahmen von Psychotherapie nicht angewendet werden.

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 die Psychotherapeutin. Psychotherapie wirkt spezifisch durch die Förderung des emotionalen Ausdrucks, die Förderung von Einsichts- und Sinneserleben, die Förderung kommunikativer Kompetenz und Beziehungsfähigkeit, die Förderung der Bewusstheit, Selbstregulation, die Förderung von Lernmöglichkeiten, Lernprozessen und Interessen, ebenso durch die Förderung 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. Bei der fachärztlichen Psychotherapie finden eine Einbindung körperlicher Wahrnehmung und Berücksichtigung körperlicher Funktions- und Strukturstörungen in den psychotherapeutischen Prozess statt.

Wie läuft eine Psychotherapie in der Regel ab?

Im Erstkontakt schildert der/die Patient/in seine/ihre Beschwerden; dabei sollten auch seine/ihre 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/der Patientin.

In einer gemeinsamen Reflexion zwischen PatientIn und Therapeutin wird das zuvor Bearbeitete integriert, um die Umsetzung des Erfahrenen oder Erlernten im Alltag zu fördern. Psychotherapie kann als Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppentherapie durchgeführt werden. Eine ambulante Psychotherapie – wie hier beschrieben – ist in einigen Aspekten zu unterscheiden von einer stationären oder tagesklinischen Psychotherapie durch ein TherapeutInnenteam mit unterschiedlichen Qualifikationen und Aufgaben.

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 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 essentiellem 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)

In welchen Fällen reicht 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.

Worauf sollten Sie bei Beginn einer Psychotherapie achten?

Es wird empfohlen, sich vor Beginn der Therapie über die verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren zu informieren. Der Beginn einer Psychotherapie hängt von der Entscheidung des Patienten/der Patientin ab. Wichtig für die Entscheidung ist das Gefühl, der Therapeutin vertrauen zu können. Das psychotherapeutische Verfahren sollte mit seinen Methoden, Techniken und Rahmenbedingungen von dem/der PatientIn gut annehmbar sein. Zu Beginn der Therapie bespricht die Psychotherapeutin mit dem/der PatientIn 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 von PatientInnen mitgestalteter Therapieprozess hat sich für die Gesundheit als hilfreich erwiesen.

Wie oft? Frequenz und Dauer der psychotherapeutischen Behandlung

Frequenz und Dauer hängen vom jeweiligen Störungsbild bzw. von der Lebenssituation des Patienten/der Patientin ab und fallen je nach angewandter Methode unterschiedlich aus. In der Regel finden die Sitzungen hier in der Praxis 7- bis 14tägig zur gleichen Uhrzeit statt.

Zu Beginn finden die Sitzungen im Rahmen einer Therapeutischen Sitzung oder Akuttherapie statt. Im Anschluss können 2 mal 12 Stunden Kurzzeittherapie oder gutachterpflichtig 60 Stunden Langzeittherapie beantragt werden. In der Regel dauern die Sitzungen 50 Minuten, können aber auch in zwei Termine á 25 Minuten unterteilt werden.

Der/Die PatientIn kann jederzeit die Therapie beenden oder die Therapeutin wechseln, sollte dies aber mit seinem/ihrer Psychotherapeutin vorher besprechen. Das wertfreie Ansprechen und Klären von Unstimmigkeiten kann zu einem wertvollen therapeutischen Prozess führen. Ein Wechsel des Therapeuten kann zu zusätzlichen, vom Patienten zu tragenden Kosten führen und mit Wartezeiten für einen neuen Therapieplatz verbunden sein.

Was müssen PatientInnen 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/der Patientin unabdingbar. Der/Die PatientIn hat ein Recht darauf, dass die Psychotherapeutin Fragen zum therapeutischen Vorgehen beantwortet. Ärztliche PsychotherapeutInnen unterliegen der Berufsordnung für Ärzte und Ärztinnen und sind zur Einhaltung der Berufspflichten wie z.B. Weiterbildung, Aufklärung, Dokumentation, Abstinenz und Verschwiegenheit verpflichtet.

Kosten

In Deutschland sind die tiefenpsychologischen/ psychodynamischen und die verhaltenstherapeutischen Verfahren sowie die Systemische Therapie als wissenschaftlich begründet und zu Lasten der Krankenversicherung abrechenbar anerkannt. Nach bis zu 4 probatorischen Sitzungen muss vom Therapeuten/in ein Gutachterverfahren eingeleitet werden, um die Kostenübernahme für weitere Sitzungen zu erhalten. 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. Stationäre Reha-Behandlungen bedürfen der Beantragung und Bewilligung durch die jeweiligen Sozialleistungsträger.

Der/Die PatientIn verpflichtet sich, bei Verhinderung einen vereinbarten Behandlungstermin spätestens 48 Werktagstunden vorher abzusagen. Erfolgt die Terminabsage nicht rechtzeitig, werden 80 % des der Praxis zustehenden Honorars in Rechnung gestellt. Wird der Termin nicht oder erst nach bzw. während der ausgemachten Zeit abgesagt, ist ein Ausfallhonorar in Höhe von 100% zu entrichten. Kann bei einer nichtfristgerechten Absage ein Ersatz durch die Praxis organisiert werden, entsteht kein Ausfallhonorar. Müssen Termine durch den/die PatientIn aus gesundheitlichen Gründen kurzfristig abgesagt werden, ist in jedem Fall ein ärztliches Attest vorzulegen, um ein Ausfallhonorar zu vermeiden. Werden Ausfallhonorare nicht innerhalb von 14 Tagen entrichtet, werden die ausgemachten Termine bis zur Tilgung anderweitig vergeben. Das Ausfallhonorar hat der/die PatientIn, bzw. die Sorgeberechtigten unabhängig von der Art der Versicherung selbst zu zahlen. Eine Kostenerstattung durch die private oder gesetzliche Krankenkasse oder Beihilfe findet in diesem Fall nicht statt. 15 Minuten nach ausgemachtem Therapiebeginn gilt der Termin als versäumt.

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 zur Psychotherapeutin entstehen, die bearbeitet werden. Eine persönliche Beziehung zum Therapeuten ist ausgeschlossen; die psychotherapeutische Beziehung ist keine private, sondern eine bezahlte Arbeitsbeziehung.
- Wenn Sie Medikamente einnehmen, ist dies der Ärztin 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 Ihrer ärztlichen Psychotherapeutin besprechen. Wenn sich Veränderungen unabhängig davon, ob sie als Belastung oder als Entlastung empfunden werden, zeigen oder wenn keine Veränderungen in Richtung der gestellten Therapieziele eintreten, ist es wichtig, dies offen mit der ärztlichen Psychotherapeutin zu besprechen und das weitere Vorgehen abzustimmen.

Es wird explizit darauf hingewiesen, dass die Aufnahme von Psychotherapie nachteilige Einflüsse auf den Abschluss von privaten Versicherungen (z.B. privaten Kranken-, Lebens-, Berufsunfähigkeitsversicherung) haben kann oder dass psychotherapeutische Behandlung und Diagnostik die Aufnahme bestimmter Berufe (Verbeamtung, Piloten, Bundeswehr, Polizei, etc.) erschweren oder verhindern kann.

Für Fragen steht Ihre Psychotherapeutin zur Verfügung