**Patienteninfo**

**Information für Patienten**

**Neuer Button:**

**Information für Kinder:**

Manche Kinder und Jugendlichen haben Probleme ohne sich diese erklären zu können: Sie sind niedergeschlagen, traurig, haben ein schlechtes Selbstwertgefühl, ziehen sich zurück und mögen sich nicht mehr mit ihren Freunden treffen. Manchmal gibt es mit den Eltern Konflikte. Es kann aber auch sein, dass diese Kinder- und Jugendlichen sich nicht konzentrieren können, Schul- und Leistungsstörungen oder das Gefühl haben, von niemandem gemocht zu werden. Dann ist all das, was einem wichtig ist und was man erreichen möchten, z.B. Freunde haben, gut in der Schule sein usw., erschwert.

Für solche Fälle ist eine Psychotherapie gedacht.

Was solltest Du darüber wissen?

**Allgemeine Infos:**

Bevor wir mit einer Psychotherapie beginnen, führen wir **zwei bis acht** **Probegespräche** durch**.** Hier informiere ich mich über Deine Schwierigkeiten, darüber, wie sehr sie Dich und Deine Eltern stören und überlege welche Therapie für Dich sinnvoll sein könnte. Am Ende der Probegespräche kläre ich Dich und Deine Eltern auf und berate Euch wie es weiter gehen soll. Solltest Du 16 Jahre und älter sein, werde ich Dich siezen, weil Du fast erwachsen und weitestgehend selbstverantwortlich für das Gelingen der Therapie bist.

Ich habe mehrere Formen von Psychotherapie gelernt und werde Dir und Deinen Eltern die Form empfehlen, die in kürzest möglicher Zeit den größtmöglichen Erfolg verspricht.

Es könnte sein, dass ich eine Therapieform für besonders hilfreich halte, die ich nicht gelernt habe. Selbstverständlich werde ich Dich und Deine Eltern dahingehend beraten und Euch empfehlen, Euch einen entsprechenden Therapeuten/Therapeutin zu suchen.

Es könnte auch sein, dass ich eine Kombination aus Medizin und Psychotherapie für sinnvoll halte. Darüber werde ich Dich und Deine Familie beraten. Ich darf eine Verordnung von Medizin in meiner Praxis allerdings nicht selbst durchführen.

Es könnte sein, dass es Dir so schlecht geht, dass ich eine stationäre Psychotherapie oder eine Psychotherapie in einer Tagesklinik zunächst für sinnvoll halte. Ziel einer solchen Behandlung wäre dann, dass es Dir so gut geht, dass wir gut miteinander arbeiten können. Auch darüber werden wir miteinander sprechen.

Schwierigkeiten, die z.B. eine stationäre oder teilstationäre Therapie nötig machen, sind:

* Unbeherrschbare Wutausbrüche
* Häufige Selbstmordgedanken
* Länger bestehendes Schulvermeiden

Das Gelingen einer Psychotherapie hängt von vielen Faktoren ab. Einige solltest Du wissen:

Wir müssen gut miteinander zurecht kommen.

Wenn Du mich kennen lernst und den Eindruck hast, dass Du mich nicht magst, kann das mehrere Gründe haben. Wichtig ist dann, dass Du mir das mitteilst. Wir sollten dann versuchen, diese Gründe herauszufinden. Vielleicht bis Du grundsätzlich misstrauisch und hattest bisher im Leben guten Grund dazu. In so einem Fall sollten wir es trotzdem miteinander probieren. Meine Erfahrung ist, dass es nach einer gewissen Zeit gut miteinander klappt.

Etwas anderes ist es, wenn Dir ein Bauchgefühl sagt, dass Du Dir eine Therapie mit mir nicht vorstellen kannst. Die Probegespräche sind auch dazu da, um so etwas zu klären. Wenn Du ernstzunehmende Bedenken hast, dass Du kein Vertrauen zu mir aufbauen kannst, musst Du mir das unbedingt sagen. Ich würde Dir und Deinen Eltern dann empfehlen, dass Ihr einen anderen Therapeuten/Therapeutin sucht.

Drei weitere wichtige Vorbedingungen, dass wir erfolgreich arbeiten können sind folgende:

* Du musst Dich verändern wollen auch wenn Du am Anfang nicht so richtig daran glaubst, dass Du es schaffst. Manche Kinder und Jugendliche haben viele negative Gedanken, die wie ‚Bremsen‘ wirken. Aber wenn Du die Augen zu machst, kannst Du Dir dann vorstellen, dass irgendetwas (nur eine Kleinigkeit) besser klappt? Z.B. der Kontakt zu Gleichaltrigen? Dann hast Du tief in Dir auch einen Veränderungswunsch.
* Du musst die Dinge auch wirklich anpacken wollen, also Du musst Motivation haben. Es gibt Krankheiten, wie z.B. Depressionen, da hat man zu nichts Lust und Motivation. Dann kann ich natürlich auch keine Motivation erwarten. Dann können wir trotzdem miteinander arbeiten. Dann würde ich zunächst eine kurze Therapieform empfehlen, um mit Dir gemeinsam an der Motivation zu arbeiten. Wir können die Therapie immer noch verlängern, wenn Dein Grundproblem nicht beseitigt ist.
* Deine Eltern müssen ebenfalls motiviert sein und etwas bei sich und in der Familie verändern wollen. Was nützt es Dir, wenn Du Dein Verhalten änderst, aber die Eltern unterstützen Dich nicht dabei. Du bist der Profi für Dich und für Deine Familie. Deshalb werde ich Dich in der Therapie auch fragen, was die Eltern lernen sollen oder was Du Dir von ihnen wünschst. Die Eltern werden dann regelmäßig zu Elterngesprächen eingeladen.

Alles klar?

Dann noch ein ganz wichtiger Punkt zum Schluss:

Schweigepflicht:

Alles, was wir miteinander besprechen, unterliegt der Schweigepflicht, d.h. ich werde die Eltern nicht darüber informieren. Es gibt allerdings zwei Themen, die davon ausgeschlossen sind:

* Wenn Du ernstzunehmende Selbstmordgedanken hast und mir nicht mehr sicher zusagen kannst, dass auch wirklich nichts passiert. Dann brauchst du Schutz und musst in eine Klinik. Das ist eine Notsituation.
* Wenn Du ernstzunehmend jemand anderem körperlichen Schaden zufügen willst oder bei dies bei mir in der Praxis tust. Auch dann brauchst Du aber auch die betreffende Person Schutz.

**Neuer Button**

**Information für Erwachsene**

Wenn Sie mit dem Wunsch einer Psychotherapie bei mir vorstellig werden, erfolgen zunächst **zwei bis acht Probegespräche**, in denen Sie mir Ihr Anliegen vortragen und eine Einschätzung erste Beratung erfolgt.

Wenn Sie privat versichert sind, prüfen Sie bitte zunächst, welche grundsätzlichen Regelungen zu Psychotherapie ihr Versicherungsvertrag hat. Es kann sein, dass wir diese Regelungen in die Behandlungsempfehlungen mit einbeziehen müssen.

Mein Honorar richtet sich nach der Gebührenordnung für Ärzte für Privatleistungen.

In den Probegesprächen erhebe ich Ihre Krankengeschichte und erfrage einige Dinge zu Ihrer Biographie. Insgesamt mache ich mir über das Ausmaß, den Schweregrad und die Dauer Ihrer Problematik ein Bild. Sollte eine ambulante Psychotherapie die richtige Wahl sein, empfehle ich Ihnen das Verfahren, dass am meisten Erfolg verspricht. Sollte es sich um ein Verfahren handeln, dass ich nicht gelernt habe (z.B. Verhaltenstherapie), rate ich Ihnen auch dazu.

Möglicherweise halte ich eine reine Psychotherapie zunächst nicht für ausreichend. Z.B. wenn Sie so motivationslos, lustlos oder antriebsvermindert sind, dass Sie kaum zuverlässig unsere Termine wahrnehmen können. Dann empfehle ich Ihnen möglicherweise eine zusätzliche medikamentöse Therapie oder eine teilstationäre oder stationäre psychiatrische Behandlung. Ziel einer solchen Behandlung kann sein, dass die ganz schweren Gefühle etwas abgemildert sind und Sie somit gut oder besser von einer ambulanten Psychotherapie profitieren können.

Wann empfehle ich eine stationäre Behandlung oder leite sie sogar ein?

* Wenn zu Beginn oder während unserer Arbeit Selbstmordgedanken auftauen und Sie mir nicht zusagen können, dass auch wirklich nichts passiert (Akute Suizidalität).
* Wenn Sie die Gefahr besteht, dass Sie mir oder anderen ernstzunehmend etwas antun und Sie nicht zusagen können, dass Sie sich kontrollieren können (Akute Fremdgefährdung).
* Eine stationäre Behandlung kann hilfreich sein, wenn Sie überhaupt nicht mehr arbeitsfähig sind und kaum noch den Alltag bewältigen können.

Eine teilstationäre (tagesklinische) Behandlung setzt voraus, dass man einerseits so schwer krank ist, dass eine ambulante Therapie zu lange dauert oder nicht ausreichend erfolgversprechend ist, aber dass der Klient ausreichend funktionsfähig ist, um Absprachen zu Selbst- und Fremdgefährdung einzuhalten und täglich das Therapieangebot einer Tagesklinik bewältigen kann.

Welche Kriterien sind notwendig, dass eine Psychotherapie erfolgreich ist:

* Veränderungswunsch
* Motivation
* Ihr persönliches Gefühl unter Ihren Schwierigkeiten zu leiden
* Gute vertrauensvolle Zusammenarbeit

Es gibt Erkrankungen für die es typisch ist, dass man keine Motivation hat und völlig lustlos ist. Das werde ich entsprechend berücksichtigen. Besonders wichtig ist allerdings gemäß meinen Erfahrungen eine gute und vertrauensvolle therapeutische Beziehung, denn Vertrauen ist die Grundvoraussetzung für psychotherapeutisches Arbeiten.

Ich möchte Sie daher bitten, in den Vorgesprächen darauf zu achten, ob Sie sich vorstellen können, gut mit mir zusammen zu arbeiten. Falls Sie ernstzunehmende Bedenken haben, teilen Sie mir das bitte mit. Meist wir finden den Grund dafür heraus und können uns eine gemeinsame Arbeit dann vorstellen. Es kann aber auch manchmal hilfreich sein, dass Sie sich einen neuen Therapeuten/ Therapeutin suchen.

Einbeziehung von Angehörigen:

Manchmal ist es hilfreich, einen Angehörigen in eine Therapie für einige Gespräche mit einzubeziehen. Das ist grundsätzlich möglich, falls wir dies in unserer Arbeit für richtig und wirksam halten. Da Psychotherapie ein sehr persönlicher, sensibler und sehr geschützter Raum ist, müssen wir Pro und Kontra allerdings gründlich beleuchten, bevor wir eine solche Entscheidung treffen. Selbstverständlich bin ich bezüglich unserer gemeinsamen Arbeit zu absoluter Schweigepflicht verpflichtet.