

Praxisinformation

für Eltern



Psychotherapeutische Praxis
für Kinder, Jugendliche und
junge Erwachsene

Lydia Adrians
Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

Eisenbahnstraße 3
74821 Mosbach



Auf den folgenden Seiten erhalten Sie wichtige
Informationen zum Behandlungsangebot
und zu den Rahmenbedingungen.

Psychotherapeutische Arbeitsweise

Von Frau Adrians werden verhaltenstherapeutische Behandlungen angeboten. Hierbei arbeite ich nach den Grundprinzipien der Verhaltenstherapie. Meine Arbeit setzt somit an den aktuellen Problemen von Kindern und Jugendlichen an und ist lösungsorientiert. Im Vordergrund der Behandlung steht die „Hilfe zur Selbsthilfe“.

Dazu ist zu sagen, dass es in Deutschland drei große Therapierichtungen gibt, die von den Krankenversicherungen als Versicherungsleistung anerkannt werden.

Zum einen ist das die **Verhaltenstherapie**, zum anderen die **Tiefenpsychologisch-fundierte und Psychoanalytische Psychotherapie**.

Leider ist in wenigen Sätzen keine ausreichende Beschreibung der Methoden möglich. Es gehört aber zur Behandlungsplanung, Ihnen die Arbeitsweise verständlich zu machen.

Grundsätzlich geht jede Behandlung von den gegenwärtigen Schwierigkeiten aus, mit dem Ziel durch Unterstützung künftige Veränderungen zu erzielen.

Behandlungseinleitung und Diagnostik

Bereits für das Erstgespräch bei uns in der Praxis benötigen wir ein schriftliches Einverständnis für die Behandlung von **allen** Sorgeberechtigten. Gerne lassen wir Ihnen ein entsprechendes Formular im Vorfeld zukommen. Ohne Einverständniserklärung können wir keine Behandlung anbieten.

Die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Zusammenarbeit ist, dass die „Chemie“ zwischen Patient (Kind), Eltern und Therapeut stimmt und dass beide Beteiligten sich über ein gemeinsames und Erfolg versprechendes Vorgehen einigen können.

Zunächst müssen die Patienten die Psychotherapeutische Sprechstunde besuchen (bis zu 5 Termine), die der Beratung dient. Weiter sehen die Krankenversicherungen die Möglichkeit vor, bis zu sechs Probesitzungen (probatorische Sitzungen) durchzuführen.

Sie können parallel oder nacheinander bei anderen Therapeuten/innen Probegespräche wahrnehmen, worüber Sie offen sprechen können.

Eine psychotherapeutische Sitzung dauert 50 Minuten und findet zu festen, vorher abgesprochenen Zeiten statt.

Die Probesitzungen dienen weiterhin der Diagnostik: Dies geschieht im Gespräch mit dem Patienten und den Eltern über aktuelle und frühere Probleme unter Einbeziehung der Lebensgeschichte.

Weiterhin werden ergänzende Fragebögen eingesetzt. Sofern vorhanden werden frühere Behandlungserfahrungen und Arztberichte hinzugezogen.

Weiterhin ist von Interesse, wie sie als Familie bisher Herausforderungen bewältigen konnten bzw. wo Sie auf vorhandene Stärken zurückgreifen können.

Körperliche Beschwerden und Erkrankungen

Bitte teilen Sie mir auch körperliche Beschwerden und Erkrankungen ihres Kindes mit, gegebenenfalls auch körperliche Beschwerden, die erst im Laufe der Behandlung auftreten.

Im Rahmen der psychotherapeutischen Diagnostik muss immer mitbedacht werden, ob die psychischen oder psychosomatischen Beschwerden nicht Folge einer bisher nicht diagnostizierten körperlichen Erkrankung sein könnten.

Aus diesem Grund ist für die Antragstellung bei den Krankenkassen ein körperlicher Untersuchungsbefund mit einzureichen, der in der Regel vom Haus- oder Kinderarzt ihres Kindes erhoben werden kann. Die nötigen Unterlagen erhalten Sie von uns. Vereinbaren Sie diesbezüglich bitte zeitnah einen Termin beim Haus- oder Kinderarzt.

Medikamente

Teilen Sie bitte die Einnahme aller Medikamente ihres Kindes mit, die von Ärzten rezeptiert wurden bzw. rezeptfrei bezogen werden.

Psychotherapie und psychopharmakologische Medikamente können sich sinnvoll ergänzen, müssen aber in jedem Fall aufeinander abgestimmt werden.

In komplexen Situationen ist in der Regel die Mitbehandlung durch psychiatrische Kollegen/innen wertvoll.

Teilen Sie uns bitte auch mit, ob Ihr Kind illegale Drogen konsumiert oder ein entsprechender Verdacht besteht.

Art und Umfang der Psychotherapie

Es gibt verschiedene Behandlungsmöglichkeiten

- Kurzzeittherapie; 12+12 Einzeltherapiestunden und 3+3 Bezugstunden mit den Eltern
- Langzeittherapie; 60 Einzeltherapiestunden und 15 Bezugstunden mit den Eltern

Im Rahmen der Verhaltenstherapie findet die Behandlung in der Regel mit einer Sitzung pro Woche statt, manchmal auch vorübergehend zweimal pro Woche, zum Teil auch nicht so häufig nach Bedarf statt.

Gelegentlich ist es sinnvoll, anfangs eine Kurzzeittherapie zu beantragen um dann zu klären, ob eine Umwandlung in eine Langzeittherapie Erfolg versprechend ist.

Vereinbart wird von beiden Seiten eine verbindliche und kontinuierliche Wahrnehmung der Behandlung. Welche Vorrang hat und für die Raum in der Woche geschaffen wird. Bei Termenschwierigkeiten soll zunächst ein Ausweichtermin gesucht werden. Die Absage von einer oder mehreren Sitzungen ist nur aus wichtigen Gründen möglich, die möglichst ausreichend lange vorher besprochen werden sollen.

Schweigepflicht

Psychotherapeuten unterliegen der Schweigepflicht. Im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen werden ohne Ihr ausdrückliches schriftliches Einverständnis keine Informationen weitergegeben (z.B. an Lehrer, Erzieherinnen).

Besonderheiten der Schweigepflicht in der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie: Der Gesetzgeber räumt auch Kindern und Jugendlichen ein Recht auf informationelle Selbstbestimmung ein, sofern sie über ein entsprechendes Einsichts- und Urteilsvermögen verfügen. Konkret bedeutet dies, dass Informationen, die von Kindern oder Jugendlichen stammen, ebenfalls der Schweigepflicht unterliegen, auch gegenüber den Eltern! Bitte haben Sie dafür Verständnis!

Kinder und Jugendliche haben das Recht, eine Schweigepflichtentbindungserklärung zu unterschreiben, sofern sie über eine entsprechende Einsichts- und Urteilsfähigkeit verfügen. In der Regel ist dies ab dem 14. Lebensjahr der Fall.

Bewilligung und Honorierung von Psychotherapie

Grundsätzlich sind Sie Gebührenschuldner der therapeutischen Behandlung. Die meisten Psychotherapien werden jedoch als **Kassenleistung** von den Krankenkassen übernommen. Dafür ist nach den diagnostischen Gesprächen ein ausführlicher Antrag von Seiten des Therapeuten bei der jeweiligen Krankenversicherung erforderlich.

Ein Gutachter der Krankenversicherung prüft dann:

- ob eine behandlungsbedürftige Erkrankung im Rahmen der Psychotherapierichtlinien vorliegt
- ob der Behandlungsplan nachvollziehbar ist
- ob die persönlichen Lebensumstände und die Motivation des Patienten einen Behandlungserfolg realistisch erscheinen lassen

Das gleiche Vorgehen ist bei einem Verlängerungsantrag erforderlich.

In der Regel werden begründete Anträge auf psychotherapeutische Leistungen bewilligt. Gelegentlich wird aber vom Gutachter ein anderer Behandlungsrahmen oder Behandlungsumfang vorgeschrieben oder ein Antrag wird vollständig abgelehnt. Dagegen kann Widerspruch eingelegt werden.

Bei den gesetzlichen Krankenkassen gibt es einheitliche Vorgaben zur Beantragung und zum Umfang von psychotherapeutischen Leistungen. Der Antrag wird anonymisiert und von unabhängigen Gutachtern geprüft. Die Behandlungskosten werden über die Kassenärztliche Vereinigung direkt der jeweiligen Krankenkasse als unmittelbarem Vertragspartner in Rechnung gestellt.

Bei **privaten** Krankenversicherungen ist das Vorgehen unterschiedlich. Vor allem hängt der Umfang der psychotherapeutischen Leistungen vom gewählten Vertrag mit Ihrer jeweiligen Krankenversicherung ab.

Vor Beginn einer Psychotherapie sollten Sie mit Ihrer Krankenversicherung/ Beihilfe Kontakt aufnehmen, um sich über Ihre Vertragsbedingungen zu informieren. Bitte lassen Sie sich gleichzeitig die Antragsformulare zuschicken.

Es besteht ebenso die Möglichkeit psychotherapeutische Gespräche unter Ausschluss Ihrer Krankenversicherung als **Selbstzahler** in Anspruch zu nehmen oder die psychotherapeutische Behandlung nach Auslaufen der Kassenfinanzierung weiter über individuelle Vereinbarungen fortzuführen.

Der Behandlungsrahmen

Für eine erfolgreiche Behandlung ist für beide Seiten ein verlässlicher und überschaubarer Behandlungsrahmen erforderlich.

Dies soll helfen offen über persönliche Anliegen und Probleme, ggf. auch über Schwierigkeiten in der Behandlung oder Konflikte mit dem Therapeuten sprechen zu können.

Psychotherapie ist dabei auch ein Übungsfeld für zwischenmenschliche Beziehungen.

Terminvereinbarungen erfolgen im Voraus und sind verbindlich, um die nötige Kontinuität und einen verlässlichen Behandlungsrahmen zu gewährleisten.

Terminabsagen sind nur aus wichtigen Gründen möglich, zuvor sollte möglichst nach einem Ausweichtermin gesucht werden.

In dieser, wie auch in anderen psychotherapeutischen Praxen gibt es daher eine sogenannte Stunden-Ausfallsregelung, die den Umgang zwischen Patient und Therapeut im Hinblick auf abgesagte Sitzungen regelt.

Hintergrund dieser Regelung ist, dass Termine in psychotherapeutischen Praxen ein bis zwei Wochen im Voraus vereinbart werden und in der Regel kurzfristig nicht wiederbesetzt werden können. Aufgrund der Gesprächsdauer von 50 Minuten können im Vergleich zu anderen Praxen außerdem nur wenige Patienten pro Tag behandelt werden.

Wir möchten Sie daher bitten, Termine, die nicht wahrgenommen werden können, möglichst rechtzeitig mitzuteilen, ebenso Ihre Urlaubsplanung. Wir werden uns ebenso bemühen, Ihnen unsere Abwesenheiten und Urlaubszeiten rechtzeitig mitzuteilen.

Ist die Absage eines Termins nicht zu umgehen ist es wichtig zu wissen, dass Ihre Krankenversicherung generell nur die Kosten für stattgefundene Sitzungen übernimmt.

Stunden-Ausfallsregelung (Ausfallhonorar)

Sollten die Patienten einen Termin innerhalb von 24 Stunden vor dem vereinbarten Termin absagen (unabhängig von den Gründen der Absage, daher auch bei Krankheit oder anderen nicht selbst verschuldeten Ursachen) oder aber zu einem vereinbarten Termin nicht erscheinen, so tragen die Sorgeberechtigten dafür das finanzielle Risiko. In diesem Fall wird Ihnen ein Ausfallhonorar - i.H.v. 100 € in Rechnung gestellt, welches privat bezahlt werden muss. Kann der Termin doch anders besetzt werden, müssen Sie nichts bezahlen.

Beendigung oder vorzeitiger Abbruch der Therapie

Die Dauer einer Behandlung lässt sich am Anfang meist nur ungefähr abschätzen. Oft ist dabei die Auseinandersetzung mit dem Ende der Behandlung und dem Abschied noch eine wichtige Phase in der Therapie. Aber auch während der Behandlung können Zweifel auftauchen, ob die Therapie noch hilfreich ist. Ebenso kann es zu Ärgernissen und Konflikten zwischen Patient und Therapeut kommen, die einen kurzfristigen Abbruch der Behandlung als naheliegende Lösung erscheinen lassen.

Wie auch in anderen Beziehungssituationen ist es sinnvoll, sich zunächst Zeit (einige Sitzungen) für eine Klärung zu nehmen. Nicht selten werden dann Schwierigkeiten und Konflikte deutlich, die dann im Schutz der therapeutischen Situation bearbeitet werden können. Daher ist es empfehlenswert, Zweifel und Ärgernisse beizeiten anzusprechen.

Suizidalität (Selbstmordgefährdung)

Suizidalität ist bei einigen Erkrankungen, insbesondere bei Depressionen und in Krisen ein ernst zu nehmendes Symptom, welches mitbehandelt werden kann und muss.

Wenn wir den Eindruck haben, dass unsere jungen Patienten unter Suizidgedanken leiden, sprechen wir dies konkret an. Bei dem Verdacht auf suizidale Absichten oder Hinweisen auf akute Eigen- oder Fremdgefährdung der jungen Patienten informieren wir Sie unverzüglich. Auch wenn Therapeuten Fachleute sind, können wir natürlich keine Gedanken lesen. Sprechen Sie daher Ihre Kinder offen an, Suizidgedanken von sich aus in der Therapie zu formulieren. Sobald bei Ihnen der Verdacht einer entsprechenden Gefährdungslage besteht, teilen Sie uns diesen mit, damit gemeinsam Schutzmaßnahmen überlegt werden können.

Im Rahmen einer ambulanten Psychotherapie ist die Voraussetzung im Umgang mit Selbstmordgedanken, dass die jungen Patienten lernen Suizidimpulse zu kontrollieren und Verantwortung für sich übernehmen können. Das bedeutet auch, dass die Patienten in der Lage und gewillt sein müssen, eine Zuspitzung zu erkennen und sich Hilfe zu holen, ggf. auch bei einem Notdienst.

Gelegentlich ist es sinnvoll, eine Psychotherapie zunächst mit einer stationären Behandlung zu beginnen, um sie dann ambulant fortzusetzen.

Gegebenenfalls kann auch im Laufe einer Behandlung eine stationäre Krisenintervention erwogen werden.

Notfälle

Sie und Ihre Kinder können sich jederzeit telefonisch an uns wenden. Bitte beachten Sie, dass während der Behandlungen, bei Abwesenheiten und außerhalb der Geschäftszeiten der Anrufbeantworter eingeschaltet ist, auf dem Sie eine Nachricht mit Bitte um Rückruf hinterlassen können. Da ein Rückruf, insbesondere außerhalb der Geschäftszeiten und über das Wochenende nicht zeitnah gewährleistet werden kann, empfehlen wir, sich in aktuellen Notfällen direkt unter folgender Telefonnummer in der Klinik zu melden:

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie (KJPP) der Johannes-Diakonie Mosbach, Neckarburkener Straße 2-4 in 74821 Mosbach (Neckar-Odenwald-Kreis).

Tel.: 06261-88 13 21 (Sekretariat KJPP) oder
06261-88 13 00 (Aufnahmedienst für Notfälle)

Was können Sie außerdem für sich tun?

Ähnlich sind auch wie in der Körpermedizin bei vielen psychischen Problemen und Erkrankungen Informationen als Basis sehr wichtig. Hierzu gibt es viele gute Sachbücher, Romane, Lebensgeschichten und Filme können hilfreich sein, sich selbst oder sein Kind zu verstehen und die Dinge aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Für andere ist der Genuss von Musik oder Bildern eine Möglichkeit sich zu helfen. Weiterhin hat sich in den letzten Jahren immer mehr gezeigt, dass bei vielen psychischen Problemen insbesondere bei Ängsten und depressiven Verstimmungen eine regelmäßige körperliche Aktivierung (Ausdauertraining) von großem Nutzen ist.