



Praxis Rupp | Hauptstraße 22 | 24848 Kropp

Praxis für Psychotherapie

Christian Rupp

Psychologe (M. Sc.)

Psychologischer Psychotherapeut

Verhaltenstherapie

Hauptstraße 22

24848 Kropp

Telefon: 04624 423 98 90

Fax: 04624 423 98 91

www.psychotherapie-rupp.com

info@psychotherapie-rupp.com

LANR: 498745768

BSNR: 016702600

Therapieinformation und -vereinbarung

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

ich freue mich, dass Sie sich für eine Therapie in meiner psychotherapeutischen Praxis interessieren. Auf diesen Seiten möchte ich Sie über den Ablauf einer ambulanten Psychotherapie und meine Arbeitsweise informieren.

Wie ist eine Psychotherapie aufgebaut?

Eine ambulante Psychotherapie besteht aus zwei wesentlichen Phasen. Sie beginnt mit der so genannten *probatorischen*, d.h. diagnostischen Phase, die bis zu fünf Sitzungen umfassen kann und der genauen Analyse Ihrer Problematik auf verschiedenen Ebenen dient. Unter anderem bitte ich Sie in dieser Zeit wahrscheinlich, eine Reihe von Fragebögen sowohl zu Ihrem Problem und Ihren Beschwerden als auch zu Ihrer persönlichen Lebensgeschichte auszufüllen. Zusätzlich bin ich verpflichtet, ein so genanntes *somatisches Konsil* einzuholen. Hierfür erhalten Sie von mir ein Formular („Konsiliarbericht“), mit dem Sie einen Arzt Ihrer Wahl (z.B. Ihren Hausarzt) aufsuchen. Sinn dessen ist, dass von medizinischer Seite bestätigt wird, dass keine Gründe vorliegen, die *gegen* eine Psychotherapie sprechen.

Im Anschluss an die probatorischen Sitzungen geht der Fokus der therapeutischen Arbeit zunehmend vom Verstehen der Problematik zu deren Veränderung, d. h. in die eigentliche *therapeutische* Phase, über, wozu unterschiedliche psychotherapeutische Methoden zum Einsatz kommen. In der Regel haben Sie hierfür bei mir jede Woche einen festen Termin am

selben Tag und zur selben Uhrzeit. Die Dauer einer einzelnen Sitzung ist stets gleich und umfasst ca. 45-50 Minuten. Anders als ich meiner Privatpraxis in Münster kann ich in meiner neuen Praxis in Kropp in der Regel keine Doppel- oder Mehrfachsitzen anbieten, was der großen Nachfrage nach Psychotherapie und meinem dementsprechend gestalteten Terminkalender geschuldet ist.

Was ist Verhaltenstherapie?

Als approbierter Psychologischer Psychotherapeut verfüge ich über einen Fachkundenachweis in Verhaltenstherapie. Die Verhaltenstherapie umfasst heutzutage ein sehr breites Spektrum an therapeutischen Verfahren und Techniken, deren Gemeinsamkeit durch die wissenschaftliche Fundiertheit und die nachgewiesene Wirksamkeit gegeben ist. Die moderne Verhaltenstherapie, wie ich sie verstehe, fußt auf zwei wesentlichen Säulen: Einerseits der Erklärung und dem Verstehen aktueller Probleme vor dem Hintergrund der individuellen Lebensgeschichte, d.h. der Biographie, und andererseits auf der gezielten Veränderung von Problemen im Hier und Jetzt.

Wie der Begriff „Verhaltenstherapie“ bereits nahelegt, wird ein besonderes Augenmerk darauf gelegt, wie aktuelle Probleme durch ungünstige *Verhaltensweisen* aufrechterhalten werden, sodass *Verhaltensänderungen* eine zentrale Bedeutung in der Therapie zukommt. Dem liegt die Grundidee zugrunde, dass einer psychischen Symptomatik *erlernte* Verhaltensweisen (z.B. in Form komplexer Verhaltensmuster) zugrunde liegen, wobei sich die Verhaltenstherapie zunutze macht, dass diese ebenso wie alle anderen Verhaltensweisen auch wieder *ver-* bzw. *umgelernt* werden können. Ebenso können neue Fertigkeiten und Kompetenzen im Verlauf der Therapie erlernt und im Alltag aufgebaut werden. Dabei beschränkt sich die moderne Verhaltenstherapie jedoch nicht auf das sichtbare Verhalten, sondern widmet sich intensiv auch den untrennbar damit verbundenen Denkprozessen bzw. Gedankeninhalten und dem emotionalen Erleben. Die Schaffung von neuen *Erfahrungen* ist somit das erklärte und übergeordnete Ziel der Verhaltenstherapie.

Was ist Ihre Rolle in der Therapie?

Verhaltenstherapie bedeutet Hilfe zur Selbsthilfe. Damit die Therapie erfolgreich sein kann, ist es von essenzieller Bedeutung, dass Sie in dieser eine *aktive Rolle* einnehmen. Man könnte auch sagen: Sie werden nicht passiv „therapiert“, sondern Sie erhalten professionelle Unterstützung dabei, Ihre Probleme selbst zu lösen. Dies bedeutet vor allem, dass ein wesentlicher Teil der Therapie nicht *in*, sondern *zwischen* den Therapiesitzungen stattfindet – in Ihrem eigenen Alltag. Studien belegen, dass der Therapieerfolg maßgeblich davon abhängt, in wie weit Menschen die Erkenntnisse aus den Sitzungen auch in Ihrem Alltag umsetzen. Deshalb werden Sie in der Regel am Ende jeder Sitzung eine therapeutische *Hausaufgabe* erhalten. In der probatorischen Phase kann dies u. a. das Ausfüllen von Fragebögen und das Führen von Selbstbeobachtungsprotokollen umfassen – in der Therapiephase dann z.B. das Üben und Umsetzen von in der Sitzung ausprobierten Verhaltensweisen.

Wie erfolgt die Abrechnung?

Als Mitglied der Kassenärztlichen Vereinigung Schleswig-Holstein verfüge ich über eine Kassenzulassung, sodass ich gesetzlich versicherte Patient*innen behandeln kann. Im

Rahmen dessen verfüge ich über eine Abrechnungsbefugnis sowohl für Einzel- auch für Gruppentherapie.

Gesetzliche Krankenkassen

Wenn Sie gesetzlich versichert sind, können Sie psychotherapeutische Leistungen relativ unkompliziert in Anspruch nehmen. Mit dem Einlesen Ihrer Versichertenkarte ist ein wesentlicher Teil schon getan. Nach dem Erstgespräch, welches in der Regel als so genannte "Psychotherapeutische Sprechstunde" abgerechnet wird, erhalten Sie von mir eine Rückmeldung zur vorläufigen Diagnose und zu möglichen Behandlungsoptionen. Hierzu erhalten Sie von mir auch ein entsprechendes Formular. Je nachdem, wie meine Auslastung jeweils aussieht, kann ich Ihnen im Anschluss an die psychotherapeutische Sprechstunde eine Therapie anbieten, oft wird hier jedoch leider weitere Wartezeit entstehen.

Darüber hinaus werden Sie im Verlauf der Therapie nur einige Unterschriften leisten müssen, um nach Ablauf der so genannten probatorischen Sitzungen den Antrag auf eine ambulante Psychotherapie bei Ihrer Krankenkasse zu stellen. Zudem müssen Sie, um den oben erwähnten *Konsiliarbericht* einzuholen, zu Beginn der Therapie eine Ärztin oder einen Arzt Ihrer Wahl, z. B. Ihren Hausarzt oder Ihre Hausärztin, aufsuchen. Ansonsten entsteht für Sie kaum bürokratischer Aufwand. Da die Kosten für ambulante Psychotherapie vollständig von den Krankenkassen übernommen und direkt mit diesen abgerechnet werden, entstehen Ihnen keinerlei Kosten.

Privat & Beihilfe: Allgemeines Prinzip

Unabhängig davon, ob die Kosten für die Behandlung von der Beihilfe bzw. einer privaten Krankenversicherung übernommen werden oder Sie die Kosten selbst tragen, gilt folgendes Prinzip: Mit der Inanspruchnahme einer psychotherapeutischen Leistung gehen Sie automatisch einen Behandlungsvertrag mit mir als behandelndem Therapeuten ein, aus dem sich ergibt, dass Sie selbst zur Zahlung des in Rechnung gestellten Honorars verpflichtet sind. Die Erstattung der Kosten durch private Krankenversicherungen und die Beihilfe erfolgt in der Regel jedoch völlig problemlos.

Private Krankenversicherungen

Die Regelungen von privaten Krankenversicherungen bzgl. der Erstattung der Kosten von Psychotherapien ähneln sich überwiegend, sind jedoch nicht völlig einheitlich, sodass ich Ihnen empfehlen würde, sich rechtzeitig mit Ihrer Versicherung in Verbindung zu setzen oder in Ihrem Vertrag nachzulesen, welche Konditionen jeweils gelten. Beratend stehe ich Ihnen hierbei natürlich gerne zur Seite und nehme Ihnen, wenn möglich, einen Teil der Arbeit ab.

Beihilfe

Bei der Beihilfe gelten weitgehend bundesweit feste Kontingente für psychotherapeutische Sitzungen. In aller Regel übernimmt die Beihilfe fünf probatorische Sitzungen sowie eine zusätzliche Sitzung zur biographischen Anamnese, wonach entweder eine Kurzzeittherapie (10 Sitzungen) oder eine Langzeittherapie (45 Sitzungen) beantragt werden kann. Dabei kann eine Kurzzeittherapie nach Ablauf der 10 Sitzungen auch in eine Langzeittherapie umgewandelt werden. Bei Anträgen auf oder Umwandlungen in Langzeittherapie ist vom behandelnden Therapeuten ein Bericht über die Problematik der Patient*innen anzufertigen, der dann einem unabhängigen Gutachter in anonymisierter Form vorgelegt wird, welcher wiederum darüber entscheidet, ob die Therapie bewilligt wird

(Gutachterverfahren). **Wichtig:** Wenn Sie beihilfeberechtigt sind, nehmen Sie bitte frühzeitig Kontakt mit Ihrer zuständigen Beihilfestelle auf und lassen sich die notwendigen Formulare für die Beantragung einer ambulanten Psychotherapie zusenden.

Rechnungsstellung

Die Rechnungsstellung erfolgt monatlich jeweils zum Ende eines Monats mit einer 4-wöchigen Zahlungsfrist und basiert auf der verbindlichen **Gebührenordnung für Psychologische Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (GOP)**. In der Regel erfolgt eine Berechnung anhand des 2,3-fachen Satzes, in Ausnahmefällen ist eine Steigerung auf den 3,5-fachen Satz möglich. In letzterem Fall finden Sie auf der Rechnung eine Begründung der Steigerung. Die Abrechnung diagnostischer Testverfahren erfolgt i. d. R. mit dem 1,8-fachen Satz.

Ausfallhonorar

Psychotherapie ist in Deutschland leider immer noch ein knappes Gut, auf dessen Inanspruchnahme viele Menschen lange warten müssen. Es ist daher sehr ungünstig im Sinne der Patientenversorgung, wenn Termine kurzfristig wegfallen und nicht mehr an jemand anderen vergeben werden können. Daher bitte ich Sie, Termine stets mindestens **2 Tage im Voraus abzusagen**, damit eine realistische Chance besteht, dass der Termin neu vergeben werden kann. Sollten Sie kurzfristiger absagen, behalte ich mir die Möglichkeit vor, ein Ausfallhonorar von ca. 40 € pro ausgefallene Sitzung zu berechnen, welches Ihnen nicht von Ihrer Krankenversicherung erstattet wird. Dieses Ausfallhonorar entfällt, wenn Ihr Termin doch noch vergeben werden konnte oder Sie sehr plötzlich erkrankt sind. Ich bitte um Verständnis für dieses Vorgehen.

Einwilligungserklärung

Hiermit willige ich in alle in diesem Dokument beschriebenen Vorgehensweisen, Regelungen und Rahmenbedingungen einer Psychotherapie ein. Diese Einwilligung kann ich jederzeit formlos per Post oder E-Mail an die im Briefkopf genannten Adressen widerrufen.

Ort, Datum

Unterschrift

Einwilligung in die Kommunikation per E-Mail

Ich willige ein, dass mit mir per E-Mail durch Herrn M. Sc. Psych. Christian Rupp oder Mitarbeiter*innen seiner Praxis kommuniziert werden darf. Dabei ist mir bekannt, dass die Datenübertragung im Internet, z. B. bei der Kommunikation per E-Mail, Sicherheitslücken aufweisen kann und ein Schutz der Daten vor dem Zugriff durch Dritte nicht vollständig möglich ist. Diese Einwilligung kann ich jederzeit formlos per Post an die im Briefkopf genannten Adresse widerrufen.

Ort, Datum

Unterschrift