

A close-up portrait of a man with light blue eyes and a red sweater, looking slightly to the right. The background is blurred, showing what appears to be an indoor setting with warm lighting.

PSYCHO THERAPIE

Dr. med. Bettina **Claßen**

Fachärztin für Anästhesiologie

Spezielle Schmerztherapie

Palliativmedizin

Psychotherapie

Medizinische Begutachtung



PSYCHOTHERAPIE

Liebe Patientinnen und Patienten,

mit dieser Informationsbroschüre möchte ich Ihnen wichtige Informationen zur psychotherapeutischen Behandlung in unserer Praxis geben und Sie über den Ablauf einer solchen Behandlung aufklären.

Welche psychotherapeutischen Verfahren biete ich an?

In unserer Praxis biete ich *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie* in Einzelsitzungen an. *EMDR* und *hypnotherapeutische Einheiten* kommen bei entsprechender Indikation ergänzend zum Einsatz.

Die gesetzlichen und privaten Krankenkassen übernehmen in der Regel nach entsprechender Antragstellung die Kosten für alle drei Verfahren. Sie haben auch die Möglichkeit, Ihre Sitzungen privat zu bezahlen. Die Kosten für eine Sitzung werden gemäß GOÄ zum 2,3-fachen Satz berechnet.

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie fokussiert auf einen oder mehrere aktuelle Konflikte.

Es wird in der Regel eine Sitzung von 50 Minuten alle 1–2 Wochen angesetzt. Während der Behandlung sitzen wir uns gegenüber.



Was bewirkt Psychotherapie?

Die Wirkung ergibt sich aus Erfahrungen innerhalb der therapeutischen Beziehung, beispielsweise durch die Förderung des emotionalen Ausdrucks, der Selbstregulation, der Stärkung der Impulskontrolle und der Frustrationstoleranz, der kommunikativen Kompetenz und der Beziehungsfähigkeit. Sie dient Ihrer Persönlichkeitsentwicklung.

Im Rahmen der Sitzungen besprechen wir Konflikte, die Ihr Leben aktuell so sehr einengen, dass Sie sich entschlossen haben, daran etwas zu ändern.

Wenn Sie diese Therapieform wählen, sollten Sie Interesse daran haben, über sich selbst, Ihre Motivationen und Ihre persönliche Sicht auf die Dinge nachzudenken.

Unsere Lebenseinstellung, unsere Erwartungen und Ängste werden durch Erfahrungen während der Kindheit und Jugend geprägt, so dass wir in Krisensituationen dazu neigen, auf diese alten und später im Erwachsenenalter oft nicht mehr zweckdienlichen Beziehungs- und Erfahrungsmuster zurückzugreifen.

In der Konsequenz entwickeln sich seelische Beeinträchtigungen, die im Extremfall zu Ängsten und depressiver Verstimmung bis hin zu psychischen und psychosomatischen Erkrankungen führen können.

Wir werden gemeinsam versuchen, Ihre lebensgeschichtlich gewachsenen Motivationen für Ihr Verhalten und Ihre persönliche Sicht auf die Welt zu verstehen. Durch erlebnisaktivierende Methoden, wie z.B. Imaginationsübungen, wird die Bewusstwerdung bisher unbewusster seelischer Inhalte zusätzlich gefördert.

Ziel der Therapie ist es, Sie in die Lage zu versetzen, in künftigen Situationen möglichst viele Wahlmöglichkeiten zu haben, wie Sie reagieren möchten und Sie darin zu unterstützen, Ihre eigenen, wohl überlegten Entscheidungen zu treffen.

Es geht letztlich um das Erschließen von neuen Freiheitsgraden im Denken, Fühlen und Handeln, die es Ihnen ermöglichen sollen, Ihre Konflikte selbst in den Griff zu bekommen und für sich eine lebenswertere Zukunft zu gestalten.

Hat Psychotherapie Risiken oder Nebenwirkungen?

Menschen reagieren auf Psychotherapie sehr unterschiedlich. Es ist daher in Einzelfällen möglich, dass sich Ihre Beschwerden zunächst verschlechtern oder dass Sie im Verlauf der Therapie keine zufriedenstellende Verbesserung Ihrer psychischen Symptomatik erreichen.

Ferner kann es im Verlauf der Behandlung zu Veränderungen und Spannungen im Verhältnis zu Ihren Zugehörigen kommen.

Alternativ oder ergänzend zur ambulanten Psychotherapie kann in Einzelfällen eine stationäre oder teilstationäre Behandlung oder eine psychosomatische Rehabilitationsbehandlung sinnvoll sein. Weitere Unterstützungsangebote bieten z.B. Beratungsstellen für Familien, Wohnen und Soziales.

In manchen Fällen ist die begleitende Einnahme von Psychopharmaka notwendig und sinnvoll. Eine medikamentöse Therapie kann nur ärztlich verordnet werden.

Wenn Sie Psychopharmaka einnehmen, teilen Sie mir das bitte mit.

Die psychiatrische Notfallambulanz der LWL-Universitätsklinik Bochum in der Alexandrinenstraße 1–3, 44791 Bochum, **ist 24 Stunden täglich geöffnet.**

Jederzeit und ohne Termin können Sie sich dort vorstellen oder anrufen unter **0234-5077-0.**

Probatorik und Kurzzeittherapie

In den ersten 1 bis maximal 8 Therapiestunden (Probatorik) wird nach Klärung der Diagnose die Indikation für eine Psychotherapiebeantragung überprüft. Ferner besprechen wir, welche konkreten Ziele Sie mit Hilfe der Therapie verfolgen wollen. Zudem werden der Behandlungsumfang und der Abstand zwischen den einzelnen Sitzungen festgelegt.

Die psychotherapeutischen Sitzungen dauern in der Regel 50 Minuten, können aber aus inhaltlichen Erfordernissen oder bei bestimmten psychotherapeutischen Interventionen geteilt (2 x 25 Minuten) oder verlängert (Doppel- oder ggf. mehrstündige Sitzungen) werden. Eine EMDR-Behandlung findet immer im Rahmen einer Doppelstunde statt.

Zur Diagnostik und Erfassung des Symptomverlaufs werde ich Sie zu Beginn und im Verlauf der Therapien möglicherweise klinische Tests durchführen lassen. Ein Teil der Tests kann online bearbeitet werden. Das dafür konzipierte Testsystem erfüllt die EU-Datenschutzgrundverordnung.

Wir werden im Verlauf der probatorischen Phase gemeinsam entscheiden, ob zwischen uns die „Chemie stimmt“, d.h. ob für beide Seiten eine vertrauensvolle Zusammenarbeit möglich ist und ob das von mir angebotene Therapieverfahren geeignet ist, Ihre seelischen Beschwerden zu lindern. In diesem Fall werde ich nach Abschluss der probatorischen Sitzungen eine Kostenübernahme bei dem zuständigen Kostenträger beantragen.

Die Sitzungskontingente im Rahmen der Kurzzeittherapie 1 und 2 liegen bei jeweils 12 Stunden.

Bei entsprechender Indikation können Sitzungen zur Rückfallprophylaxe genutzt werden.

Ihre Bezugspersonen können nur nach vorheriger Absprache mit mir – und nur in begründeten Ausnahmefällen – zu einer Psychotherapiesitzung hinzugezogen werden.

Alle von Ihnen beigebrachten oder ausgefüllten Unterlagen gehen in die Patientenakte ein, die von mir mindestens zehn Jahre nach Abschluss der Behandlung aufbewahrt wird.

Langzeittherapie

Die Durchführung und ggf. Verlängerung einer ambulanten Langzeittherapie mit 60 Sitzungen ist antrags- und genehmigungspflichtig. Antragsteller/in sind immer Sie als Patient/in. Ich unterstütze Sie darin durch meine fachliche Begründung des Therapieantrages.

Zur Beantragung der Therapie ist eine somatische Abklärung in der Regel durch Ihren Hausarzt oder Ihre Hausärztin nötig.



Zur Beantragung müssen Sie auf dem dafür vorgesehenen Formular den Konsiliarbericht eines berechtigten Arztes oder einer Ärztin einholen und mir diesen spätestens bis zur Antragstellung übergeben.

Ihre persönlichen Daten und medizinischen Befunde werden bei der Beantragung der Psychotherapie gegenüber der gesetzlichen Krankenkasse und dem/der zuständigen Gutachter/in durch eine Patienten-Chiffre anonymisiert. Damit sollen der Schutz Ihrer Daten und meine Schweigepflicht gewährleistet werden.

Therapiegenehmigung

Ihr Versicherungsträger übernimmt die Kosten für eine ambulante Psychotherapie ab dem Datum der ausdrücklichen, schriftlichen Genehmigung im angegebenen Umfang. Sie erhalten darüber eine Mitteilung direkt von Ihrer Krankenkasse.

Die psychotherapeutische Behandlung kann beginnen, wenn Ihnen und mir die Kostenübernahmezusage schriftlich vorliegt.

Melden Sie sich bitte unmittelbar nach Erhalt des Schreibens bei mir – am besten via E-Mail an **info@schmerztherapie-classes-trenke.de**.

Wir melden uns dann bei Ihnen zur Terminabsprache.



Schweigepflicht der Therapeuten / Patient/innen-Verschwiegenheitspflicht / Datenschutz

Ich bin gegenüber Dritten zu Schweigen verpflichtet.

Ich werde daher nur mit Ihrem ausdrücklichen Einverständnis Dritten Auskunft über Sie erteilen bzw. diese bei Dritten einholen. Sollten bei Ihnen wichtige Gründe einem Austausch entgegenstehen, werde ich diese nach Klärung respektieren.

Sie entbinden mich und ärztliche/psychotherapeutische Vor- und Mitbehandler/innen untereinander in gesonderter Erklärung von der Schweigepflicht und stimmen der Einholung von Auskünften ausdrücklich zu.

Informationen zum Datenschutz in unserer Praxis erhalten Sie in einer gesonderten Erklärung.

Falls ich – in seltenen Fällen – Aufzeichnungen von Therapiesitzungen mit Tonband oder Video machen möchte, stimmen Sie diesen vorher ausdrücklich (schriftlich) zu und gestatten mir damit die Verwendung dieser Aufzeichnungen zum Zwecke meiner Fort- und Weiterbildung bzw. zur qualitätssichernden Therapiekontrolle. Wenn Sie entsprechende Aufzeichnungen nicht wünschen, werde ich das selbstverständlich akzeptieren.

Um die Qualität meiner therapeutischen Arbeit sicherzustellen, nehme ich regelmäßig an Supervisionen teil. Dabei werden Ihre Anliegen stets anonymisiert

in einem geschützten Rahmen besprochen. Diese Supervision bietet den Vorteil, dass wir durch meinen Austausch mit anderen Fachkolleginnen und -kollegen sowie durch die Erfahrung der Supervisorin oft neue und wertvolle Impulse für den weiteren Verlauf Ihrer Therapie erhalten. Sollten dem Ihrerseits wichtige Gründe entgegenstehen, bitte ich Sie, diese mit mir zu besprechen.

Sie als Patient/in verpflichten sich ihrerseits zur Verschwiegenheit über andere Patient/innen, mit denen Sie zufällig – z.B. im Wartezimmer – Kontakt haben.

Feste Terminvereinbarung / Terminversäumnis / Ausfallhonorar

Die psychotherapeutischen Sitzungen finden in der Regel, wenn nicht begründet anders vereinbart, alle ein bis zwei Wochen zu einem vorher zwischen uns verbindlich vereinbarten Termin statt.

Während der Schulferien stehen nicht alle Wochentage für psychotherapeutische Sitzungen zur Verfügung, weil in dieser Zeit regelhaft ein erhöhtes Aufkommen von zu versorgenden Palliativpatienten zu erwarten ist und ich daher nicht täglich in der Praxis anwesend sein kann.

Sie verpflichten sich, die vereinbarten Behandlungstermine pünktlich wahrzunehmen. Ihre Verspätung führt zu einer entsprechenden Verkürzung der Sitzungsdauer.

Unsere Telefonplätze sind möglichst für Notfälle reserviert. Sie sollten Folgetermine oder Terminverschiebungen daher am besten zeitsparend und unkompliziert via E-Mail (**info@schmerztherapie-classen-trenke.de**) mit uns absprechen.



Sie verpflichten sich im Verhinderungsfalle, rechtzeitig, d.h. mindestens 48 Stunden vor dem vereinbarten Termin abzusagen bzw. absagen zu lassen. Dazu genügen eine kurze, schriftliche Mitteilung, am besten per E-Mail an **info@schmerztherapie-
klassen-trenke.de**, ein Brief, ein Fax oder eine telefonische Absage, auch auf unseren Anrufbeantworter.

Bei nicht rechtzeitiger Absage kann Ihnen ein Ausfallhonorar in Rechnung gestellt werden, dessen Höhe auf Basis der aktuell gültigen Behandlungsvereinbarungen festgelegt wird.

Kosten der Psychotherapie

Bei gesetzlich Krankenversicherten erfolgt die Abrechnung der ambulanten Psychotherapie zu Lasten der gesetzlichen Krankenkasse ausschließlich über die Kassenärztliche Vereinigung. Psychotherapie als Krankenbehandlung ist in der gesetzlichen Krankenversicherung eine Regelleistung (EBM).

Sie verpflichten sich, Ihre Krankenkassenkarte und eine Überweisung zur Psychotherapie durch Ihren Hausarzt oder Ihre Hausärztin jeweils zur ersten Sitzung im Quartal mitzubringen. Erfolgt das nicht, bin ich gezwungen, Ihnen die durchgeführten Sitzungen privat (GOÄ) in Rechnung zu stellen.

Kündigung

Unser Therapievertrag kann von ihnen jederzeit durch eine mündliche oder schriftliche Erklärung fristlos gekündigt werden, da ein Vertrauensverhältnis zwischen uns eine grundlegende Voraussetzung für eine gelingende Psychotherapie ist. Ich rate Ihnen jedoch, die Gründe für einen Therapieabbruch in einer letzten Stunde noch einmal mit mir in Ruhe zu besprechen, damit Sie die Therapie für sich selber gut abschließen können.

Die Möglichkeit der vorzeitigen Beendigung der Psychotherapie ist im Behandlungsvertrag geregelt. Ich bin verpflichtet, Ihre Krankenkasse über das Therapieende oder einen Therapieabbruch zu informieren.

Ich freue mich auf unsere gemeinsame, therapeutische Arbeit!

Ihre

Dr. Bettina Claßen

Bei Interesse vereinbaren Sie bitte einen Erstvorstellungstermin per E-Mail unter info@schmerztherapie-classes-trenke.de oder telefonisch im Sekretariat unter: **02 34. 95 08 86 -12**

Dr. med. Bettina **Claßen**
Dr. med. Sabine **Trenke**
Fachärztinnen für Anästhesiologie

**Gemeinschaftspraxis für
Spezielle Schmerztherapie
Palliativmedizin
Psychotherapie
Medizinische Begutachtung**

Gesundheitszentrum
Bergstraße 25 · 44791 Bochum
T: 02 34. 95 08 86-0
F: 02 34. 95 08 86-22

Terminvereinbarung
unter **02 34. 95 08 86-12**
oder per E-Mail unter
**info@schmerztherapie-
classen-trenke.de**

**www.schmerztherapie-
classen-trenke.de**