

Telefon 0676/42 565 77

Aßmayergasse 10/5, 1120 Wien

psychotherapie@cinatl.at • [www.cinatl.at](http://www.cinatl.at)

## Richtlinien für Psychotherapie

### Was ist Psychotherapie

Psychotherapie ist ein **Prozess zur Entwicklung** der eigenen Persönlichkeit. In der Therapie können Themen, Problemstellungen und Herausforderungen, die mit einem selber und/oder der Umwelt zu tun haben, bearbeitet werden. Es soll der Handlungsspielraum erweitert werden, um mit den unterschiedlichen (als schwierig erlebten) Situationen im Leben, im Beruf, in der Beziehung, der Familie umgehen zu können.

Die gemeinsamen Sitzungen sind dazu da, sich mit sich selber auseinander zu setzen, Gedanken und Gefühlen zu besprechen, Lösungen zu überlegen, eigene Lebensmuster sowie mögliche Hintergründe sicht- und erklärbar zu machen.

Die Arbeit kann überraschend, interessant, entlastend sein und auch Spaß machen. Sie ist aber nicht immer heiter, sie kann auch anstrengend sein, zeitweise Verwirrung erzeugen und Sie vor ganz neue Herausforderungen stellen.

Die Aufgabe den Entwicklungsprozess zu (beg)leiten, liegt bei mir als Psychotherapeutin, die aktive Arbeit und die Umsetzung von erarbeiteten Ideen – und Veränderungsmöglichkeiten im Alltag liegt bei Ihnen. Die Verantwortung für Ihre Handlungen – auch außerhalb der Sitzungen – bleibt bei Ihnen.

## Grundsätze der gemeinsamen Arbeit

1. Ich bin als Psychotherapeutin gesetzlich der **Verschwiegenheit** verpflichtet. Das bedeutet, dass alles, was Sie mir anvertrauen, unter uns bei bleibt. Die Verschwiegenheit gilt auch gegenüber Behörden, ÄrztInnen, Angehörigen... Ausnahmen siehe Punkt 6.
2. Wir vereinbaren gemeinsam die **Häufigkeit und die Dauer der Sitzungen**: 50min (eine Einheit) oder 90min (zwei Einheiten)
3. Termine, die nicht eingehalten werden können, sind zeitgerecht abzusagen.
4. Die **Bezahlung** erfolgt nach Vereinbarung entweder bei jedem Termin oder gesammelt.
5. Psychotherapeutische Arbeit ist ein sensibles und gewissenhaftes Wirken. Sollten Sie in der Sitzung alkoholisiert oder unter Einfluss von Suchtmittel stehen, beende ich den Termin. Diese Termine sind dennoch zu bezahlen.
6. Jede **Gefährdung Ihres Lebens** oder des Lebens Anderer durch Sie zwingt mich zur Aufhebung der Verschwiegenheitspflicht und zum Einschreiten (z.B. Polizei, Behörden einschalten), um die Bedrohung zu verhindern.  
Weiters vereinbare ich mich Ihnen, dass Sie mit mir in Kontakt treten und gemeinsam mit mir zumindestens einen Sitzungstermin wahrnehmen, bevor Sie lebens- und gesundheitsbedrohliche Maßnahmen gegen sich selber oder andere erwägen.
7. Zweifel gegenüber dem Therapieverlauf oder etwaige Unsicherheiten gegenüber unserer Arbeitsbeziehung können in den gemeinsamen Sitzungen besprochen werden. Die Klärung unserer Arbeitsbeziehung ist ein wichtiger Bestandteil der Therapie.
8. Die **Beendigung unseres Arbeitsverhältnisses** erfolgt durch eine Abschluss-Sitzung, in der wir den gemeinsamen Prozess durch besprechen und beenden. Weitere Unterstützungsmöglichkeiten und Vorgehensweisen können abgeklärt werden.