

Psychotherapie-Erwachsene

Der erste Kontakt zum Psychotherapeuten erfolgt meist über das Telefon, dabei wird ein Termin für das **Erstgespräch** vereinbart. Der Psychotherapeut unterliegt einer **strengen Schweigepflicht**, alle Informationen werden absolut vertraulich behandelt.

Zu Beginn einer Behandlung informiert der Psychotherapeut die Klientin über den Ablauf, Methoden und Techniken, den zeitlichen Aufwand und die Kosten.

Im Gespräch werden die Problembereiche der abgeklärt und **Therapieziele** festgelegt. Diese werden im weiteren Verlauf der Therapie immer wieder auf ihr Erreichen überprüft und nötigenfalls modifiziert oder erweitert.

In manchen Fällen ist es notwendig (falls dies nicht bereits erfolgt ist) zum Zwecke der weiteren Abklärung oder einer begleitenden medikamentösen Therapie eine klinische Psychologin und/oder eine Fachärztin für Psychiatrie in die Behandlung miteinzubeziehen.

Nach einer genauen **Problem- und Verhaltensanalyse** erstellt der Therapeut in Absprache mit der Klientin einen individuellen Behandlungsplan. Wissenschaftlich fundierte verhaltenstherapeutische Maßnahmen werden auf die individuellen Bedürfnisse angepasst und flexibel in die Behandlung integriert.

Während der Psychotherapie ist die **Transparenz** im Vorgehen wichtig, d.h., die Klientin soll wissen, warum bestimmte Maßnahmen notwendig sind, bzw. warum bestimmte Methoden und Techniken eingesetzt werden.

Der Therapeut sucht gemeinsam mit der Patientin nach Entstehungs- und Veränderungsbedingungen und macht sie daher zur **Expertin** ihrer selbst.

Als **Globalziel** der Therapie lässt sich die Verbesserung und Stabilisierung der Autonomie festmachen. Die Klientin soll wissen, woher ihr vorhandenes Problem kommt, welche Faktoren es aufrechterhalten und wie sie damit umgehen kann bzw. was man dagegen tun kann.

(siehe dazu auch www.oegvt.at)

Terminvereinbarung und Kontakt:

Mag. Stefan Royer (Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision – Verhaltenstherapie)

Tel: 0699 81 53 36 23

Mail: therapie@stefan-royer.at

Praxis: 1180 Wien, Antonigasse 39/4