

# Checkliste Psychotherapie

Liebe Klientin, lieber Klient,

vor der gemeinsamen Therapie müssen ein paar organisatorische Dinge erledigt werden. Die Checkliste soll Ihnen und mir dabei helfen den Überblick zu behalten. Bitte erledigen Sie die Punkte in Ihrem Tempo und zeitnah.

- Konsiliarbericht (auszufüllen von Arzt / Ärztin oder Psychiater\*in)
- Behandlungsvereinbarung (Website, aufmerksam durchlesen, letzte Seite ausdrucken und unterschrieben zurückbringen)
- Eingangsdiagnostik (ISR, LEIFR und DESC)
- Patientenfragebogen (Website, biographischer Fragebogen; bitte nehmen Sie sich ausreichend Zeit dafür, beantworten Sie Fragen in einem Tempo und in der Tiefe, in der es Ihnen möglich ist und nutzen Sie die Beantwortung für Ihre Selbstreflexion und einen Rückblick)
- Brief an mich selbst (bitte verschlossen in die Stunde bringen, wenn Sie ihn geschrieben haben. Ich händige den Brief dann am Ende unseres gemeinsamen Prozesses wieder aus). Orientierende Fragen:
  - Wie geht es mir?
  - Wo stehe ich im Leben?
  - Worunter leide ich?
  - Welche Themen beschäftigen mich?
  - Weshalb habe ich eine Therapie aufgesucht?
  - Wo möchte ich hin?
  - Was erhoffe ich mir vom therapeutischen Prozess?
  - Wie schaue ich auf mich?
  - Was mag ich an mir? Was mache ich schon gut? Welche Fähigkeiten bringe ich mit?
  - Was möchte ich mir sonst noch sagen?
- Therapietagebuch anschaffen: Ich empfehle sehr, dass Sie sowohl die Erkenntnisse und Erfahrungen innerhalb der Therapie, als auch Beobachtungen im Alltag, die für die Therapie relevant sein könnten (Tagträume, Träume, Phantasien, Wünsche, Gefühle, Konflikte), in einem Therapietagebuch festhalten.

## Für Teilnehmer\*innen an der Gruppenbehandlung

- Merkblatt „Vorbereitung Gruppentherapie“ (durchlesen, ausfüllen und zur nächsten Stunde mitbringen)

## Für Privatpatient\*innen / Beihilfeversicherte

- Honorarvereinbarung für Privatpatient\*innen

Bitte bringen Sie diese Checkliste zum Gespräch, wenn alle Punkte ausgefüllt sind. Herzlichen Dank!

Jens Winkler