

# Patienteninformation

## Erläuterungen zur Therapie

---

{Praxis}  
{Straße}  
{PLZ} {Ort}

{Logo}

Datum \_\_\_\_\_

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

eine Psychotherapie ist ein komplexes Geschehen, das eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Therapeut und Patient erfordert.

Ihr Therapeut/Ihre Therapeutin ist bemüht, Ihnen alle möglichen Hilfen zur Bewältigung der Probleme bzw. der Krankheit zu geben. Allerdings ist es unmöglich, ohne Ihre aktive Mitarbeit Fortschritte oder gar Erfolg zu haben – ein Therapeut kann nur „helfen“, nicht jedoch ohne Mitarbeit eines Patienten „heilen“. Die Heilung seelischer Erkrankungen muss stets von innen heraus, also vom Patienten selbst, erfolgen – die dazu notwendige Hilfestellung und Anleitung wird Ihnen nach aktuellem Wissensstand angeboten.

Nun kann es folgerichtig nicht anders sein, als dass Sie von Ihrer Therapeutin/Ihrem Therapeuten „Hausaufgaben“ zu erledigen bekommen, die Sie möglichst gewissenhaft abarbeiten sollten – dies in Ihrem ureigensten Interesse, denn wir wollen ja beide, dass Sie eine positive Entwicklung machen.

Ebenso wichtig ist es jedoch, dass Sie auch die vereinbarten Termine ernst nehmen und pünktlich dazu erscheinen. Sie werden es selbst merken: Wenn, aus welchem Grund auch immer, eine Sitzung ausfällt und eine Pause in der Therapie eintritt, werden Sie in Ihren Fortschritten möglicherweise zurückgeworfen. Ihr Therapeut/Ihre Therapeutin ist deshalb bemüht, solche die Therapie behindernden Unterbrechungen nicht eintreten zu lassen.

Dies muss jedoch auch für Sie als Patient gelten: Bitte nehmen Sie immer die nächste Sitzung sehr ernst – es könnte für Sie von Schaden sein, der gewohnten wöchentlichen Sitzung fernzubleiben. Nur wenn wir beide gut zusammenarbeiten und die Sache ernst nehmen, werden wir auch Erfolg haben – und den wollen Sie ja, nicht wahr?

Nun kann es immer vorkommen, dass es wichtige Gründe für eine Terminverschiebung gibt: eine Erkrankung, die einen ans Bett fesselt, zum Beispiel, oder wichtige Behördentermine, die man vorher nicht kannte, oder überraschende Familienereignisse – nur, es sollten wirklich wichtige Gründe sein, die eine Verschiebung eines Termins bedingen. Nur eine kleine Unpässlichkeit, Verhinderung wegen beruflicher Belange oder einfach „keine Lust“ – die sollten keine solchen Gründe sein. Denken Sie immer daran: Wir wollen ja, dass Sie bald eine Verbesserung erfahren, und da bedeutet eine Verzögerung möglicherweise eine Verlängerung Ihrer Leiden!