

# Herzlich willkommen!

## Informationsblatt der PROGES-Psychotherapie

Lieber Hilfe- und Ratsuchender, ehe Sie uns Ihr wichtigstes Gut – Ihre Gesundheit – anvertrauen, möchten wir Ihnen einige Informationen zum Thema Psychotherapie im PROGES an die Hand geben.

### Was ist Psychotherapie?

- Psychotherapie ist die gezielte Behandlung von psychischen, psychosozialen oder psychosomatischen Leidenszuständen, die in eine haltgebende Beziehung zu Ihrem Psychotherapeuten bzw. Ihrer Psychotherapeutin eingebettet ist.
- Psychotherapie versteht sich als Hilfe zur Selbsthilfe. Der Wunsch zur Veränderung, die Bereitschaft, an einer Verbesserung der persönlichen Lebenssituation zu arbeiten, sind wesentliche Grundvoraussetzungen.
- Wir PsychotherapeutInnen sehen uns dabei als Helfer, die Sie auf Ihrem persönlichen Weg zu Gesundheit, zum Umgang mit Belastungen und Krankheiten fachlich begleiten und unterstützen.
- Wir orientieren uns am neuesten Stand der Wissenschaften, Entwicklung und Forschung und bilden uns permanent weiter.
- Wir wissen, dass es wichtig ist, dass Sie sich verstanden und gut aufgehoben fühlen.
- Wir unterliegen einer sehr strengen Verschwiegenheitspflicht. Eine Aufhebung der Verschwiegenheitspflicht ist in nur in extremen Ausnahmefällen, mit Ihrer Zustimmung und Kenntnis und nur in dem vom Gesetz her vorgesehenen Fällen statthaft.

### Abklärung der Rahmenbedingungen

- In den ersten Therapiestunden wird eine schriftliche Vereinbarung besprochen und unterzeichnet, die Sie über die Rahmenbedingungen der Psychotherapie im PROGES informiert, insbesondere über die Absageregeln.
- Ihr Therapeut, Ihre Therapeutin bespricht mit Ihnen, was Sie tun müssen, wenn Sie nicht zu Ihrer Therapiestunde kommen können und antwortet gerne auf Ihre Fragen zur Psychotherapie, wie zum Beispiel, den Ablauf der Therapie betreffend.
- Sollte es Unklarheiten geben, ist es wichtig, diese zunächst mit Ihrem Therapeuten bzw. Ihrer Therapeutin zu besprechen. Dies ist Teil der Therapie und wird auch als solcher gut verstanden.
- Sollten sich Unklarheiten bzw. Missverständnisse nicht mit Ihrem Therapeuten, Ihrer Therapeutin klären lassen, können Sie sich auch zu angegebener Zeit (Dienstag in der Zeit von 10 bis 12 Uhr) an unsere Klienteninformationsstelle für Psychotherapie wenden (email: therapie@PROGES.at).

Wir helfen beim Finden einer gemeinsamen guten Lösung!

Gerne stehen Ihnen auch die Kolleginnen der **Clearingstelle für Psychotherapie** unter der für Sie kostenfreien Telefonnummer **0800 202 533** für weitergehende Auskünfte zur Verfügung.

**Das Team der Psychotherapie im PROGES – Österreichs größtem Gesundheitsanbieter – wünscht Ihnen viel Erfolg, ein zufriedenes und gesundes Leben!**

