

Michael Kleinrensing

Claubergstraße 1-3 47051 Duisburg

Telefon: (0203) 284241 Fax: (0203) 2980306

E-Mail: m.kleinrensing@gmx.de <http://www.kleinrensing.de>

Anmeldefragebogen

Bitte melden Sie sich möglichst DIENSTAGS oder DONNERSTAGS zwischen 13.00 und 13.15 Uhr telefonisch zwecks weiterer Absprachen.

A Persönliche Angaben

Name: Vorname: Nationalität:

Geburtsdatum: Familienstand: Kinderzahl:

PLZ, Ort: Straße:

Telefon (privat): Telefon (dienstlich):

Telefax: Mobiltelefon:

eMail:

Schulabschluss: Berufsabschluss:

Ausgeübter Beruf:

Krankenkasse: Mitgliedsnummer:

PLZ, Ort: Straße:

Hausarzt: Facharzt für:

PLZ, Ort: Straße:

Telefon:

B Angaben zu Ihren Beschwerden

1.) Ihre derzeitigen Beschwerden:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2.) Seit wann bestehen diese Beschwerden ungefähr?

.....
.....

3.) Wie oft treten diese Beschwerden auf, wie stark sind sie, wie lange halten sie an?

.....
.....
.....

4.) Welche Ereignisse oder Umstellungen in Ihrem Leben gingen den Beschwerden voraus?

.....

.....

.....

.....

5.) Welche Behandlungen wurden deswegen bereits durchgeführt?

(Psychotherapeuten, Ärzte, Kliniken - bitte Namen und Zeitraum angeben)

.....

.....

.....

6.) Welche Medikamente nehmen Sie zur Zeit ein?

.....

.....

7.) Was erwarten Sie von einer Psychotherapie?

.....

.....

.....

8.) Sonstige wichtige Bemerkungen, die für die Behandlung von Bedeutung sein könnten?

.....

.....

.....

9.) Wie sind Sie auf unsere Praxis aufmerksam geworden? (Gelbe Seiten, Internet etc.)

.....

C Organisatorisches zur Terminvergabe

Klicken Sie bitte mit der **Maus** in die einzelnen Felder, an welchen Tagen und zu welcher Uhrzeit Sie in der Regel Termine wahrnehmen können. Je früher Sie **können**, um so größer ist Ihre **Chance**, einen Therapieplatz zu bekommen.

Tag / Uhrzeit	8.30	9.00	9.30	10.00	10.30	11.00	11.30	12.00	12.30	13.00	13.30	14.00	14.30	15.00	15.30	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00
<input type="checkbox"/> Mo.																				
<input type="checkbox"/> Di.																				
<input type="checkbox"/> Mi.																				
<input type="checkbox"/> Do.																				
<input type="checkbox"/> Fr.																				

Unterschiedliche Zeiten: (z.B. Wechselschicht)

Bitte für mindestens die nächsten 3 Wochen gesonderten Terminplan beilegen.

Bitte bringen Sie Ihre Chipkarte zum Erstgespräch mit.

Vereinbarte Termine müssen mindestens zwei Werktage vorher abgesagt werden, ansonsten werden die Termine mit 50,00 € in Rechnung gestellt.

Ort, Datum: Unterschrift:

Was muss ich zum Erstgespräch mitbringen?

Bitte bringen Sie Ihre Versichertenkarte mit. Wenn Sie keine Überweisung mitbringen, dann wird, wie Sie es auch sonst vom Facharztbesuch kennen, einmal im Quartal die Praxisgebühr von 10 € fällig, es sei denn, dass Sie davon befreit sind. Eine Überweisung erhalten Sie von Ihrem Hausarzt oder Facharzt. Die Aufnahme einer Psychotherapie hängt nicht von einer solchen Überweisung ab.

Im Erstgespräch geht es darum, sich kennenzulernen und zu entscheiden, ob man zusammenarbeiten kann. Es wird dann entschieden, ob bei Ihrer Krankenkasse ein Therapieantrag eingereicht wird.

Wie wird eine Therapie beantragt?

Die Beantragung zur Kostenübernahme einer Therapie wird von mir in Ihrem Auftrag durchgeführt. Zur Abklärung von organischen Krankheiten und Ihrem körperlichem Gesundheitszustand müssen Sie bei einem Arzt Ihres Vertrauens einen sogenannten „Konsiliarbericht“ ausfüllen und unterschreiben lassen. Das Formular erhalten Sie von mir.

Falls Sie privat versichert oder beihilfeberechtigt sind, werden Ihnen auf Anfrage die notwendigen Antragsunterlagen zugeschickt. Diese werden dann von mir bearbeitet und Ihrer Kasse zugesandt.

Nachdem die Therapie bewilligt worden ist, werden Sie von Ihrer Krankenversicherung eine Nachricht bekommen. Daraufhin setzen Sie sich mit mir in Verbindung, um weitere Termine abzustimmen.

Wie wird eine Therapie durchgeführt?

Eine Psychotherapie findet nach Absprache meistens in wöchentlichen oder 14-tägigen Sitzungen von ca. 50 Minuten statt. In einer psychotherapeutischen Praxis gibt es selten Wartezeiten und es reicht völlig aus, wenn Sie kurz vor Ihrem Termin in die Praxis kommen.

Am Anfang der Therapie steht der Aufbau der sogenannten „therapeutischen Beziehung“, die während der gesamten Therapiedurchführung eine wichtige Rolle spielt: Vertrauen, Offenheit, die Bereitschaft zur Zusammenarbeit gehören zum Beispiel dazu.

In den ersten Sitzungen wird nach einer **umfassenden Problemanalyse** die Diagnose geklärt. In diesem Prozess können auch Fragebögen oder Testverfahren in Anwendung kommen, die Sie dann bearbeiten und ausfüllen müssen. Neben der Diagnose wird ein plausibles Modell Ihrer Störung erarbeitet. Wie lässt sich das Problem verstehen, wie funktioniert es? Daraus ergeben sich meistens schon viele Ideen, wie das Problem gelöst werden kann. In der Psychotherapie geht es immer um Erkenntnisse, die zu Lernprozessen führen.

Psychotherapie ist **transparent**. Sie erhalten über alles Auskunft und Sie dürfen zu allem Fragen stellen. Ihre Fragen sind hier sehr wichtig.

Eine psychotherapeutische Behandlung unterscheidet sich von einer Behandlung bei einem Organmediziner. Ihre **aktive Mitarbeit**, wie zum Beispiel Hausaufgaben, ist hierbei besonders wichtig und hat einen entscheidenden Einfluss auf den Erfolg einer Therapie. Psychotherapie basiert auf einer partnerschaftlichen Zusammenarbeit an Ihren Themen und Zielen. Sie können sich nicht passiv behandeln lassen, wie es zum Beispiel bei einem Zahnarzt geschieht, sondern gestalten Ihre Behandlung mit.

Psychotherapie ist **zielorientiert**. Es ist wichtig, dass Ihre Erwartungen geklärt werden. Diese werden gemeinsam mit Ihnen reflektiert und an das Machbare herangeführt. Die Ziele werden mit Ihnen erarbeitet und geklärt. Die Methoden und Techniken zur Zielerreichung werden Ihnen vermittelt. Psychotherapie ist immer ein **Lernprozess**: manche Dinge lernt man schnell, andere nur langsam. Entscheidend ist nicht so sehr die Geschwindigkeit. Entscheidend ist, dass Sie das „Richtige“ lernen, um ihre psychischen Probleme zu beseitigen. Dafür ist manchmal viel Geduld notwendig. Manchmal kann sich allerdings der Gesundheitszustand auch kurzfristig verschlechtern, was z. B. daran liegen kann, dass bestimmte Dinge „hochkommen“ oder bewusst werden und somit „schmerzen“.

Der Lernprozess in der Psychotherapie ähnelt anderen Lernprozessen, wie zum Beispiel dem Erlernen des Radfahrens oder Schwimmens. Um diese Fähigkeiten zu erwerben, reichen Erklärungen allein nicht aus. Sie müssen die Dinge aktiv üben. Konnten Sie beim erstmaligen Einstieg in ein Auto direkt Autofahren? Am Anfang sieht es noch wackelig aus, nach einigen Wiederholungen geht es schon leichter und im Laufe der Zeit wird es immer leichter und besser.

Wenn die Probleme beseitigt sind, das Leiden verschwunden oder zumindest hinreichend reduziert ist, dann wird daran gearbeitet, dass Rückfälle unwahrscheinlicher werden. Diese Phase der Stabilisation und Generalisierung des Gelernten ist sehr wichtig, damit der Erfolg langfristig bewahrt werden kann.

Zum Ende der Therapie wird die Frequenz der Sitzungen reduziert. Es finden nur noch drei- oder vierwöchentliche Sitzungen statt. Danach können in größeren Abständen einige Sitzungen zur Kontrolle durchgeführt und dann der therapeutische Prozess beendet werden. Im Falle eines Rückfalls kann die Therapie wieder aufgenommen werden.

Datenschutz

Der Schutz Ihrer Daten wird in besonderer Weise gewährleistet. Ohne Ihre ausdrückliche und schriftliche Zustimmung werden niemals personenbezogene Daten nach außen weitergegeben.