

Rahmenbedingungen

Ziele und Vereinbarungen

Bei Abklärungen werden beim ersten Treffen Erwartungen, Ziele und der Ablauf vereinbart. Bei Therapien dauert die Einigung auf Ziele und therapeutische Aufgaben manchmal etwas länger. In der Regel kann ein therapeutischer Fokus in den ersten fünf Sitzungen deutlich werden. Bei längeren Therapien können später neue Themen auftauchen, sodass die Ziele und der Fokus angepasst oder erweitert werden müssen. Für den Therapieerfolg entscheidend ist, dass Therapeut und Klient eine gemeinsame Zielfokussierung gelingt, das Anliegen des Klienten mit meinem Angebot zusammenpasst.

Dauer

Therapeutische Einzelsitzungen und Abklärungstermine dauern in der Regel 50-59 Minuten, Paar- und Familiensitzungen zwischen 70 und 90 Minuten. In der Anfangsphase finden Sitzungen in der Regel sinnvollerweise einmal wöchentlich statt. Bei längeren Therapien können die Abstände zwischen den Begegnungen oft verlängert werden, oder Therapiepausen eingelegt werden.

Eine Kurztherapie dauert ca. 10-20 Sitzungen. In dieser Zeit ist meist eine teilweise Bearbeitung der psychischen Probleme und ein Rückgang der Symptome möglich oder kann ein Problem überwunden werden, das nicht allzu lange besteht.

In Therapien, die länger als 20 Sitzungen dauern, kann die Intensität erreicht werden, die notwendig ist, um schon länger andauernde psychische Schwierigkeiten vertieft zu verstehen, mit Emotionen anders umzugehen, alte und aktuelle Beziehungen neu zu ordnen und das Bewusstsein der psychischen Schwierigkeiten zu erweitern.

Psychische Probleme, die seit früher Kindheit bestehen und nie wirklich angegangen wurden, können oft nur in Langzeittherapien mit grosser Beziehungsverlässlichkeit zwischen Therapeut und Klientin erfolgreich behandelt werden.

Kosten

Ich bin als Psychotherapeut bei allen Krankenkassen und Versicherungen anerkannt. Als selbständiger psychologischer Psychotherapeut in privater Praxis ist eine Abrechnung über die Zusatzversicherungen der Krankenkassen, über die IV, Opferhilfe und über Suva möglich. Die Grundversicherung übernimmt keine Kosten für selbständige psychologische Psychotherapie.

Regulärer Tarif und Sitzungsdauer Einzeltherapie: 170.- für 50-59 Min.

Tarif und Sitzungsdauer für Paar- und Familientherapie kann individuell vereinbart werden und beträgt 260.- für 70-90 Min.

Eine Tarifiereduktion ist möglich, bei Kindern ist (auf Antrag) eine Finanzierung über eine Stiftung möglich.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, daß Absagen von Sitzungen bis zu 24 Stunden vorher erfolgen müssen, um nicht berechnet zu werden.

Ihre Zeit ist für Sie reserviert und verkürzt sich entsprechend, falls Sie verspätet sind.

Sprachen

Deutsch, Italienisch, Englisch

Nach Vereinbarung auch Französisch