

## **Infoblatt zur Personzentrierten Psychotherapie**

### Unsere Zusammenarbeit

In unseren Gesprächen widmen wir uns ganz Ihnen: Ihren Themen, Ihren Gedanken und Gefühlen, Ihrer Gegenwart und Geschichte, Ihren Problemen und Wünschen. Was auch immer Sie mit mir besprechen möchten, ist willkommen. Der Ausgangspunkt ist dabei Ihre aktuelle Situation: Was hat gerade die oberste Priorität und was wäre jetzt für Sie persönlich am hilfreichsten.

Der Personzentrierte Ansatz geht davon aus, dass jeder Mensch in seiner Einzigartigkeit versucht, sich in seinem Umfeld bestmöglich zu entwickeln. Alle Gedanken, Gefühle, Glaubenssätze und Verhaltensweisen sind im jeweiligen Moment die bestmögliche Antwort auf die Situation – auch diejenigen, die uns später vielleicht Schwierigkeiten machen und Leiden verursachen.

In unseren Gesprächen versuchen wir zu verstehen, wofür Ihre persönlichen Strategien einmal die Lösung waren und welchen Sinn sie für Sie hatten. Was wir mit diesem wohlwollenden Blick verstanden haben, verliert seine Schärfe und kann sich verändern. Gemeinsam erarbeiten wir Ihre ganz eigenen neuen Strategien, die Ihnen nun besser entsprechen. Störendes und Symptome nehmen ab, wenn sie überflüssig geworden sind. Sie können freier in Ihren Entscheidungen werden und wieder mehr im Einklang mit sich selbst handeln. Diesen Prozess der Persönlichkeitsentwicklung zu fördern und Sie auf diesem individuellen Weg empathisch und auf Augenhöhe zu unterstützen, sehe ich als meine Aufgabe.

### Verschwiegenheit

Ich habe eine gesetzlich verankerte Schweigepflicht. Alles, was Sie mir anvertrauen, und sogar der Fakt, dass wir miteinander sprechen, bleibt unter uns. Mit der gleichen Sorgfalt gehe ich auch mit Ihren Daten um. Ich speichere nur, was für unseren Arbeitsprozess nötig ist, und gewähre niemandem Zugang zu meinen Aufzeichnungen.

### Absageregulung

Wenn wir miteinander einen Termin vereinbaren, halte ich mir dieses Zeitfenster verbindlich für Sie frei. Bis 18 Uhr am Vortag können Sie unseren Termin kostenlos absagen oder verschieben. Bei einer späteren Absage behalte ich mir vor, die Stunde in Rechnung zu stellen.

Erstgespräch à 50 Minuten: € 70,-

Therapieeinheit à 50 Minuten: € 120,-

Sie können einen Teil der Kosten von Ihrer Krankenkasse zurückbekommen. Sowohl für das Erstgespräch als auch für die Therapieeinheiten fällt keine Umsatzsteuer an.