



Bei **akuten Krisen** bieten wir bei Vorliegen einer entsprechenden Notwendigkeit kurzfristig ein Akutgespräch von 25 Minuten an.

In der **Kurzzeitherapie** arbeiten wir 12 oder 24 Stunden miteinander. In der Regel sehen wir uns alle ein bis zwei Wochen. Eine Sitzung dauert 45 Minuten. Während der Schulferien finden keine Psychotherapiesitzungen statt.

Ist eine längerfristige Behandlung erforderlich, kann in begründeten Fällen eine **Langzeittherapie** mit weiteren 25 Stunden beantragt werden. Braucht man die genehmigten Langzeittherapie-Termine nicht vollständig auf, kann man noch zwei Jahre nach Abschluss der Therapie bis zu sechs Stunden als **Rezidivprophylaxe** einsetzen. Die Kurzzeittherapie ist anzeigepflichtig. Die Langzeittherapie ist genehmigungspflichtig und erfordert die Erstellung eines ausführlichen Gutachtens durch die Therapeutin.

Bei Interesse vereinbaren Sie bitte einen Erstvorstellungstermin per E-Mail oder telefonisch im Sekretariat unter: **02 34. 95 08 86-12**

Ich freue mich darauf, Sie ein Stück auf Ihrem Weg zu begleiten!

Ihre Dr. Bettina Claßen

Dr. med. Bettina **Claßen**
Dr. med. Sabine **Trenke**
Fachärztinnen für Anästhesiologie

**Gemeinschaftspraxis für
Spezielle Schmerztherapie
Palliativmedizin
Psychotherapie
Medizinische Begutachtung**

Gesundheitszentrum
Bergstraße 25 · 44791 Bochum
T: 02 34. 95 08 86-0
F: 02 34. 95 08 86-22
info@psychotherapie-classes.de
www.psychotherapie-classes.de

Terminvereinbarung unter
02 34. 95 08 86-12

www.psychotherapie-classes.de

PSYCHO THERAPIE

Dr. med. Bettina **Claßen**
Fachärztin für Anästhesiologie
Spezielle Schmerztherapie
Palliativmedizin
Psychotherapie
Medizinische Begutachtung



TIEFENPSYCHOLOGISCH FUNDIERTE PSYCHOTHERAPIE

Liebe Patienten,

die Psychotherapie wird in unserer Praxis von Frau Dr. Bettina Claßen durchgeführt.

Im Rahmen der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie besprechen wir Konflikte, die Ihr Leben aktuell so sehr einengen, dass Sie sich entschlossen haben, daran etwas zu ändern.

Wenn Sie diese Therapieform wählen, sollten Sie ein lebhaftes Interesse daran haben, über sich selbst, Ihre Motivationen und Ihre persönliche Sicht auf die Dinge nachzudenken.

Unsere Lebenseinstellung, unsere Erwartungen und Ängste, werden durch Erfahrungen während der Kindheit und Jugend geprägt, so dass wir in Krisensituationen dazu neigen, auf diese alten und später im Erwachsenenalter oft nicht mehr zweckdienlichen Beziehungs- und Erfahrungsmuster zu zurückzugreifen. Eine bestimmte Verhaltensweise, die in der Kindheit entstanden ist, war zu diesem Zeitpunkt sinnvoll und nützlich und wurde daher in unser Verhaltensrepertoire aufgenommen. Später geraten wir unter Umständen in eine Situation, in der dieses Verhalten nicht mehr zur Lösung von

Konflikten beiträgt oder im ungünstigsten Fall sogar dazu führt, dass immer wieder dieselben Konflikte entstehen.

In der Konsequenz entwickeln sich seelische Beeinträchtigungen, die im Extremfall zu neurotischen Symptomen, wie zum Beispiel Ängsten und depressiver Verstimmung, bis hin zu psychischen und psychosomatischen Erkrankungen führen können.

Daher besprechen wir während der Sitzungen prägende Situationen aus Ihrer Biographie, die mit Ihrem aktuellen Konflikt in Zusammenhang stehen. Durch erlebnisaktivierende Methoden wie zum Beispiel Imaginationsübungen wird die Bewusstwerdung bisher unbewusster seelischer Inhalte zusätzlich gefördert.

Wir werden gemeinsam versuchen, Ihre lebensgeschichtlich gewachsenen Motivationen für Ihr Verhalten und Ihre persönliche Sicht auf die Welt zu verstehen.

Ziel der Therapie ist es, Sie in die Lage zu versetzen, in künftigen Situationen möglichst viele Wahlmöglichkeiten zu haben, wie Sie reagieren möchten und Sie darin zu unterstützen, Ihre eigenen, wohl überlegten Entscheidungen zu treffen.

Es geht letztlich um das Erschließen von neuen Freiheitsgraden im Denken, Fühlen und Handeln, die es Ihnen ermöglichen sollen, Ihre Konflikte selbst in den Griff zu bekommen und für sich eine lebenswertere Zukunft zu gestalten.

Zeitlicher, finanzieller und organisatorischer Rahmen

In einer Probephase von zunächst 1–8 Einzelstunden klären wir,

- ob die Tiefenpsychologie ein für Sie geeignetes Therapieverfahren ist,
- ob wir miteinander arbeiten möchten,
- welches der Konflikt ist, den Sie ins Zentrum der Gespräche stellen wollen,
- welche konkreten Ziele Sie mit Hilfe Ihrer Therapie verfolgen.

Anschließend stellen wir an Ihre gesetzliche Krankenkasse einen Antrag auf Kostenerstattung oder bei Ihrer privaten Krankenkasse einen Antrag auf Kostenübernahme für eine tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Sie haben auch die Möglichkeit, Ihre Sitzungen privat zu bezahlen. Die Kosten für eine Sitzung betragen gemäß GOÄ 2,3-fachem Satz 81,87 €.