

## **Psychotherapie - Was ist das Besondere?**

*Wien, Oktober 2009* – **Psychische Probleme fallen nicht einfach vom Himmel, sie haben ihre Ursachen in der Lebensgeschichte eines Menschen! Die Wurzeln liegen in einschneidenden Lebensereignissen und lang dauernden, belastenden psychosozialen Einflüssen. Psychische Störungen und Erkrankungen werden selten ausgeheilt oder gebessert, solange die Hintergründe für die Erkrankung im Dunkeln bleiben. In der Psychotherapie werden die Ursachen ans Licht gebracht und bearbeitbar gemacht! Schädigende Einflüsse bzw. krank machende Verarbeitungsmuster werden erkannt, verändert oder auch verlassen. Psychotherapie hilft, psychische Probleme und Krankheiten zu heilen – und zwar überzeugend wirkungsvoll und nachhaltig. Kaum eine Gesundheitsleistung erbringt so gute Ergebnisse und so hohe PatientInnen-Zufriedenheit wie die Psychotherapie!**

Seit 1991 gibt es in Österreich das Psychotherapiegesetz, das die Psychotherapie als Heilbehandlung, die Ausbildung zur PsychotherapeutIn auf wissenschaftlicher Basis und die Qualitätssicherung regelt. Die Psychotherapie wurde damit der ärztlichen Behandlung gleichgestellt, PsychotherapeutInnen sind zur eigenständigen Diagnostik und Behandlung berechtigt. Psychotherapie ist seit 1992 eine Pflichtleistung der Krankenkasse, seit 17 Jahren sieht das Gesetz in Österreich die kassenfinanzierte Psychotherapie vor. Das Gesetz wurde von den Kassen leider noch immer nicht umgesetzt, sodass es in Österreich viel zu wenig kassenfinanzierte Psychotherapie gibt!

### **Wer soll in Psychotherapie gehen?**

Wer in Psychotherapie geht, übernimmt Verantwortung für die eigene Gesundheit! Wenn der Betroffene selbst einen ursächlichen Zusammenhang der Probleme mit seelischen Konflikten und einschneidenden Lebensereignissen vermutet, dann ist eine gute Voraussetzung für Psychotherapie gegeben. Bei chronischen seelischen Leidenszuständen unterstützt die Psychotherapie bei der Lebensbewältigung und erweitert den Handlungsspielraum.

### **PsychotherapeutInnen - ExpertInnen für seelische Störungen!**

PsychotherapeutInnen lernen in der Ausbildung eine heilsame Vertrauensbeziehung zur PatientIn aufzubauen und diese in der Behandlung nutzbar zu machen, dazu gehören auch die Diagnostik und ein Behandlungsplan. Lösungen werden erarbeitet, Persönlichkeitsveränderungs- und Persönlichkeitsentwicklungsprozesse werden angeleitet.

Anders als in anderen Gesundheitsberufen spielt die persönliche Eignung der PsychotherapeutInnen in der Ausbildung eine zentrale Rolle. Deshalb müssen PsychotherapeutInnen ein solches Auswahlprozedere, durchlaufen. Die gesetzlich geforderte lange Lehrtherapie befähigt zur Selbstreflexion als Basis für eine gelingende psychotherapeutische Arbeitsbeziehung. In der Psychotherapie werden, basierend auf wissenschaftlich fundierten Behandlungstheorien, entsprechend den Themen und Problemen der PatientInnen psychotherapeutischen Interventionsmethoden und Techniken zur Krankenbehandlung eingesetzt.

## **Medikamentöse Behandlung und Psychotherapie**

Die Kombination von Psychopharmaka-Therapie und Psychotherapie ist bei schwereren Störungen oft sinnvoll und notwendig. Die Zusammenarbeit zwischen PsychotherapeutInnen und ÄrztInnen ist oft unverzichtbar. Die behandelnde oder untersuchende ÄrztIn sollte aber nach Möglichkeit nicht gleichzeitig die behandelnde PsychotherapeutIn sein! Die psychotherapeutische Vertrauensbeziehung erfordert Rollenklarheit, damit keine Abhängigkeitsverhältnisse entstehen. Dem Nähe-Distanz Verhältnis muss von der PsychotherapeutIn sensibel Raum gegeben werden und wird von der PatientIn selbstbestimmt mitgestaltet.

## **Psychotherapie hilft! Unterschriftenaktion für leistbare psychotherapeutische Behandlung**

Darauf zielt auch die bundesweite Unterschriftenaktion für das Recht auf leistbare psychotherapeutische Behandlung auf [www.psychotherapie.at](http://www.psychotherapie.at) ab. Der ÖBVP sammelt die Unterstützungserklärungen und leitet sie an den Gesundheitsminister, die politischen Parteien und die Krankenkassen weiter.

### **Kontakt und Info:**

Österreichischer Bundesverband für Psychotherapie (ÖBVP)

[www.psychotherapie.at](http://www.psychotherapie.at)

1030 Wien, Löwengasse 3/5/6

T +43 1 512 70 90 0

F +43 1 512 70 90 44

E oebvp@psychotherapie.at