

Psychotherapie informiert Selbsthilfe



Vorstellung Psychotherapieverfahren

Im Rahmen des Projektes „Zusammenarbeit mit Gesundheitsberufen“ findet am

Donnerstag, den 4. Februar 2021

von 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr

eine **Online - Informationsveranstaltung** statt.

Ziel ist es, interessierte Menschen aus Selbsthilfegruppen und –kontaktstellen zu anerkannten Therapieverfahren zu informieren. Es werden Basisinformationen gegeben und zwei Psychotherapieverfahren vorgestellt: Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie und die Systemische Psychotherapie.

Moderation: Irena Težak, SeKo Bayern

Dr. med. Peter Wollschläger, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin aus Traunstein wird in seinem Vortrag folgende Fragestellungen behandeln:

Was ist Psychotherapie?

Wann ist Psychotherapie sinnvoll? Wer bezahlt Psychotherapie?

*Wie finde ich eine*n für mich geeigneten Psychotherapeuten*in?*

Was ist eine therapeutische Sprechstunde und was sind probatorische Sitzungen?

*Darf ich mir auch verschiedene Therapeuten*innen ansehen?*

Welches Verfahren ist für welche Indikation am besten geeignet?

*Wonach fragt mich ein*e **tiefenpsychologisch** arbeitende*r Psychotherapeut*in?*

Warum sind Erfahrungen in Kindheit und Jugend möglicherweise auch heute noch für mich von Bedeutung? Was passiert in der Therapie und wie kann mir das helfen?

Wie lange dauert eine ambulante Psychotherapie? Wie unterscheiden sich Therapien im Einzel- und im Gruppensetting?

Sylvia Betscher- Ott, Geschäftsführerin des Würzburger Institutes für Systemische Psychotherapie stellt den systemischen Ansatz dar.

*Das Spezifische **Systemischer Therapie** liegt in ihrem Blick auf die Vielfalt der Ressourcen der Patienten*innen und ihrer sozialen Kontexte, der Unterstützung der im System vorhandenen Lösungsimpulse sowie der Würdigung bisheriger Lösungsversuche. Für einen möglichst unmittelbaren und nachhaltigen Therapieerfolg können wichtige Bezugspersonen wie Partnerinnen und Partner, ganze (Patchwork-)Familien sowie weitere wichtige Menschen aus dem Netzwerk des Patienten in die Behandlung mit einbezogen werden.*

Veranstaltet vom Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V., Würzburg



in Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns und der Landespsychotherapeutenkammer



Gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege

