

## DBT-Behandlungsvertrag für die ambulante Einzeltherapie

Die dialektische Verhaltenstherapie beinhaltet neben den sehr individuellen Zielen jeder Einzeltherapie auch einige grundsätzliche Zielsetzungen und Regeln. Diese sind nach Wichtigkeit sowohl für die/den Patientin/Patienten als auch den Therapeuten geordnet:

- die Reduzierung von suizidalem und selbstschädigendem Verhalten
- die Einhaltung eines Non-Suizidvertrages während der Psychotherapie
- die Reduzierung von Verhaltensmustern, die die Psychotherapie erschweren oder unmöglich machen

Deshalb ist es wichtig, dass Sie sich in einem ausführlichen Gespräch mit Ihrem Therapeuten mit den Therapierichtlinien für die ambulante Einzeltherapie vertraut machen:

- ⇒ Ich will an der Reduzierung meines suizidalen Verhaltens bzw. parasuizidalen Verhaltens, z.B. Schneiden, Brennen, Suchtmittel konsumieren oder Medikamente überdosieren, arbeiten.
- ⇒ Während der Psychotherapie werde ich keinen Suizidversuch unternehmen.
- ⇒ Ich will an der Reduzierung von Verhaltensmustern arbeiten, die die Aufrechterhaltung einer Psychotherapie stören oder unmöglich machen, z.B. Nicht-Einhalten von Terminen, Brechen von Vereinbarungen, mangelnde Offenheit, Verweigerung von Hilfsangeboten usw.

Zusätzlich stimme ich folgenden Regeln zu:

- Die Therapiedauer umfasst zunächst 25 Sitzungen und kann ggf. verlängert werden.
- Einzelne Sitzungen müssen rechtzeitig, d.h. 3 Tage vor dem Termin abgesagt werden; ist dies nicht der Fall, so wird ein Ausfallhonorar in Rechnung gestellt. Das beträgt in der Regel 60 €.
- In schweren Krisensituationen werde ich meinen Therapeuten anrufen.
- Nach suizidalem oder selbstschädigendem Verhalten besteht eine 24-stündige Kontaktsperre zu meinem Therapeuten; des Weiteren verpflichte ich mich zur selbständigen Durchführung einer Problemanalyse.
- Unter Einfluss von Alkohol oder Drogen wird eine Therapiesitzung unmöglich und muss vorzeitig beendet werden.
- Zwischen den einzelnen Terminen ist die Durchführung von Hausaufgaben und Übungen vorgesehen.

Als Therapeut stimme ich dem Folgenden zu:

- Ich unternehme im Rahmen meiner Möglichkeiten jede sinnvolle Anstrengung, um kompetente und effektive Psychotherapie durchzuführen.
- Ich halte die festgesetzten ethischen und beruflichen Richtlinien ein.
- Ich stehe der Patientin / dem Patienten für wöchentliche Therapiesitzungen und Telefonberatung in Krisen zur Verfügung (bei Abwesenheit verpflichte ich mich zum Rückruf in der Regel innerhalb von 24 Std.)
- Ich gehe mit meinen persönlichen Grenzen offen um.
- Ich wahre die Integrität und Rechte der Patientin /des Patienten.
- Ich bewahre die Schweigepflicht.
- Ich hole mir Rat und Unterstützung, wann immer dies notwendig ist.

Ich habe mich mit allen Regeln vertraut gemacht und stimme den oben genannten Punkten zu

Unterschrift PatientIn

Unterschrift Therapeut