

Praxis für Psychotherapie Sargans
Dr. phil. Simona Gagliardi-Keller
lic. phil. Héléne Vanomsen

Bahnhofstrasse 6
7320 Sargans
T: +41 (0)81 525 38 00
F: +41 (0)81 525 38 01
Mail: info@praxis-psychotherapie-sargans.ch

Allgemeine Informationen für Sie

Kontaktaufnahme

Sie erreichen uns unter Tel. +41 (0)81 525 38 00. Falls wir besetzt sind, hinterlassen Sie eine Nachricht auf dem Beantworter. Wir melden uns sobald wie möglich.

Sie können uns auch eine E-Mail an info@praxis-psychotherapie-sargans.ch schreiben.

Was ist der Unterschied zwischen Psychotherapie und Beratung?

In einer *Psychotherapie* geht es um die Behandlung einer diagnostizierten psychischen Krankheit mit Krankheitswert. Die Kosten werden je nach Situation anteilsweise von der Krankenkasse (Zusatzversicherung), Invalidenversicherung, Unfallversicherung oder Opferhilfe übernommen.

In der psychologischen *Beratung* geht es darum, Menschen zu helfen und zu unterstützen, die sich in einer anspruchsvollen Lebenssituation befinden, jedoch nicht an einer psychischen Krankheit leiden. Die Kosten müssen selber getragen werden.

Weiteres Vorgehen für die Behandlungsangebote Psychotherapie bzw. Beratung

Im Erstgespräch werden Ihr Anliegen und Ihre Erwartungen geklärt, um den Behandlungsauftrag und die passende Behandlungsform zu finden. Gemeinsam prüfen wir, ob wir die richtige Anlaufstelle sind. Danach kann es sinnvoll sein, einige Sitzungen zu einer vertieften Abklärung zu vereinbaren. Dazu sprechen wir auch über Ihre Lebensgeschichte. Unter anderem ist es manchmal sinnvoll, Informationen in Schule und / oder bei Fachpersonen einzuholen - selbstverständlich mit Ihrem Einverständnis. Besteht Behandlungsbedarf für eine Psychotherapie oder Beratung werden ein angepasstes Vorgehen und entsprechende Behandlungsziele entwickelt. Die Dauer und die Anzahl Sitzungen hängen von den Behandlungszielen und Ihren Fortschritten ab. In regelmässigen Abständen überprüfen wir mit Ihnen, wo es weitere Veränderungen benötigt.

Kosten für die Behandlungsangebote Psychotherapie bzw. Beratung

Für Psychotherapie

75 Minuten Erstgespräch CHF 225.-

50 Minuten Einzelsitzung CHF 150.-

75 - 90 Minuten therapiebegleitende Eltern- oder Familiensitzungen CHF 225.- bzw. CHF 270.-

Liegt eine diagnostizierte psychische Krankheit mit Krankheitswert vor und besteht Bedarf für eine Psychotherapie, übernehmen folgende Kostenträger einen Teil der Behandlungskosten:

Sofern Sie über eine entsprechende Zusatzversicherung bei Ihrer Krankenkasse verfügen, wird ein Teil der Behandlungskosten rückvergütet. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Kasse. Weitere Infos erhalten Sie auch via den Link > [krankenkassen.pdf](#).

Die Invalidenversicherung übernimmt bei Vorliegen eines Geburtsgebrechens oder bei einer Psychotherapie, die länger als ein Jahr dauert, die Behandlungskosten bis zum vollendeten 20. Lebensjahr.

Stehen die Symptome im Zusammenhang mit einer Straftat, kann bei der kantonalen Opferhilfe Antrag auf Kostenübernahme für die Psychotherapie gestellt werden.

Stehen die Symptome im Zusammenhang mit einem Unfall, wird die Behandlung durch die Unfallversicherung übernommen.

Bei verpassten oder weniger als 24 Stunden im Voraus abgesagten Sitzungen, wird eine Pauschale von CHF 100.- privat verrechnet.

Für Paar- oder Familienberatung

75 - 90 Minuten Erstgespräch CHF 225.- bzw. CHF 270.-

75 - 90 Minuten Paarberatung- oder Familiensitzungen CHF 225.- bzw. CHF 270.-

Bei Paar- bzw. Familienberatung sind die Kosten selber zu tragen, wenn kein Familienmitglied eine diagnostizierte psychische Krankheit aufweist.

Bei verpassten oder weniger als 24 Stunden im Voraus abgesagten Sitzungen, wird eine Pauschale von CHF 100.- privat verrechnet.

Vorgehen für die Behandlungsangebote paarlife® bzw. Triple P®

- paarlife®

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung. Der Kurs ist wie folgt aufgebaut: Am Freitagabend jeweils von 17:00 bis 21:00 Uhr werden theoretische Grundlagen und Selbstreflexionsübungen vermittelt. Am Samstag von 09:00 bis 18:00 Uhr werden vier begleitete Paargespräche von je einer Stunde durchgeführt. Jedes Paar hat einen separaten Raum, die Anonymität ist garantiert. Jeweils pro zwei Paare steht eine Trainerin zur Verfügung. Der Samstag kann auch von Paaren, die das Training schon besucht haben, als Übungstag gebucht werden.

- Triple P®

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung. Der Kurs ist wie folgt aufgebaut: In vier Abendkursen, jeweils von 19.30 bis 21.30 Uhr, werden Eltern Erziehungsstrategien vermittelt. Im Kurs *Triple-P® Kids (2 - 12-Jährige)* und im Kurs *Triple-P® Teens (ab 11 Jahren)* werden Eltern darin unterstützt, wie sie in verschiedenen Situationen angemessen reagieren können. Die Eltern entscheiden selber und nach ihren eigenen Wert- und Normvorstellungen, welche Erziehungsziele sie angehen möchten und welche für ihr Kind und ihren Alltag passen.

Kosten für die Behandlungsangebote paarlife® bzw. Triple P®

paarlife®

Das 1 ½-tägige Training kostet CHF 650.- pro Paar (Pausenverpflegung inbegriffen).

Wird der Samstag als Übungstag gebucht, belaufen sich die Kosten auf CHF 420.- pro Paar.

Die Kosten sind selber zu tragen.

Triple P®

Die Kurskosten belaufen sich für Einzelpersonen auf CHF 300.- und für Elternpaare auf CHF 450.- plus CHF 31.- für Kursmaterial.

Die Kosten sind selber zu tragen.

Annullierung eines Kurses

Sobald Sie die Anmeldebestätigung erhalten haben, wird diese als verbindlich erachtet. Von diesem Zeitpunkt an verrechnen wir bei einer Annullation folgende Gebühren: Annullation nach Erhalt unserer Bestätigung über das Stattfinden des Kurses: 50% der Kurskosten; später als 14 Tage vor Kursbeginn: 80% der Kurskosten. Beim Vorliegen eines Arztzeugnisses wird die Annullationsgebühr aufgehoben.

Qualitätssicherung

Es ist uns ein grosses Anliegen die Qualität unserer Arbeit stetig zu sichern und zu verbessern. Deshalb nehmen wir regelmässig an Fortbildungen und Supervisionen teil. Zudem halten wir uns an das Bundesgesetz über die Psychologieberufe (PsyG), welches Qualitätskriterien betreffend Weiterbildungen vorgibt.

Schweigepflicht

Wir stehen unter Schweigepflicht. Berichtete Inhalte behandeln wir streng vertraulich. Wenn es sinnvoll ist, Informationen an Dritte weiterzugeben oder einzuholen, brauchen wir die von Ihnen unterzeichnete schriftliche Entbindung. Für Jugendliche gilt als rechtliche Voraussetzung die „Urteilsfähigkeit“. Diese ist je nach Entwicklungsstand und Komplexität der Fragestellung ab etwa 12 - 15 Jahren gegeben.

Was tun in Notfallsituationen?

Als psychiatrische Notfälle gelten durch Krankheiten verursachte Zustände wie Verwirrtheit, Bewusstseinsstörungen, Panikattacken, akute Suizidalität, gefährliches oder realitätsfremdes Handeln. Dann ist unverzüglich eine sachverständige Beurteilung nötig, um unter anderem auch die Fragen der Suizidprävention und der Beurteilung einer Fremdgefährdung einzuschätzen.

In solchen Notfallsituationen ist unsere Praxis für Psychotherapie Sargans nicht zuständig!

Bitte wenden Sie sich dann an Ihren Hausarzt/Ihre Hausärztin bzw. an den Notfallarzt, Telefon 144.

Bei akuter Gefahr informieren Sie die Polizei, Telefon 117.

Unterschied zwischen Psychologin/Psychologe, Psychotherapeutin/Psychotherapeut und Psychiaterin/Psychiater

Seit 1. April 2013 ist in der Schweiz mit dem Bundesgesetz über die Psychologieberufe (PsyG) der Beruf Psychologe / Psychologin geschützt. Es darf sich nur Psychologe / Psychologin nennen, wer über einen Lizentiats- bzw. Masterabschluss in Psychologie verfügt.

Eine Psychotherapeutin / ein Psychotherapeut - genannt auch Fachpsychologin / Fachpsychologe für Psychotherapie FSP (Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen) hat nach dem Universitäts- bzw. Fachhochschulabschluss in Psychologie eine mindestens 4-jährige Zusatzausbildung in Psychotherapie absolviert.

Psychotherapeutin / Psychotherapeut ist ebenfalls eine geschützte Berufsbezeichnung. Psychotherapeutinnen / Psychotherapeuten ASP (Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten) haben ein human- oder sozialwissenschaftliches Universitätsstudium und ebenfalls eine psychotherapeutische Weiterbildung absolviert. Psychiater / Psychiaterinnen sind Ärzte / Ärztinnen, die nach einem Medizinstudium die Facharztausbildung für Psychiatrie absolviert haben. Ihre Ausbildung befähigt sie, unter anderem, Medikamenten zu verschreiben.