

Einzeltherapie

Eine Frage des Vertrauens

Eine Psychotherapie ist Vertrauenssache. In der Einzeltherapie zwischen Patient und Therapeutin können neue Sichtweisen erarbeitet werden, blockierte Entwicklungen wieder in Gang kommen und innere Freiheitsgrade zurückgewonnen werden.

Was ist Einzeltherapie?

Psychotherapie kann in verschiedenen Formen und Modalitäten durchgeführt werden. Die Einzeltherapie, bei der sich eine Patientin und eine Therapeutin regelmässig zum vertraulichen Gespräch treffen, ist die klassische Form der Therapie. Als „Setting“ bezeichnet man den äusseren organisatorischen Rahmen der Psychotherapie: Wie häufig finden Sitzungen statt? Wie lange dauern die Konsultationen? Wie viele Sitzungen werden insgesamt geplant? Ein typisches Setting für eine Einzeltherapie ist z.B.: einmal wöchentliche Sitzungen, Dauer 60 Minuten, es werden 25 Sitzungen vereinbart.

- Einzeltherapie findet im persönlichen 1:1-Rahmen statt
- Termine, Dauer der Sitzungen, Ort sind zum Vornherein festgelegt und bleiben für die vereinbarte Zeitperiode oder Sitzungszahl unverändert
- Die therapeutischen Gespräche sind vertraulich, über den Inhalt wird weder gegenüber Angehörigen, noch gegenüber der Krankenkasse, noch gegenüber sonstigen Dritten etwas berichtet.
- Die Therapiestunden dienen einem vereinbarten Therapieziel, der Patient ist jederzeit frei, die Therapie zu beenden.
- Psychotherapie im Einzelsetting durch einen Psychiater oder eine Psychologin ist eine kassenpflichtige Dienstleistung und wird von der Krankenkasse bezahlt.

Wann wird eine Einzeltherapie angewendet?

Zumeist ist die Einzeltherapie die Art von Psychotherapie, die zu Beginn angewendet wird. Abklärungs-/Untersuchungsgespräche zu Beginn einer Behandlung finden in der Regel im 1:1-Setting statt, da die Anwesenheit Dritter

die Situation beeinflussen und den Gesprächsverlauf verändern würde. Erst wenn sich zeigt, dass entweder weitere Personen – z.B. Partner, Familienangehörige – einen grossen Einfluss auf das vorliegende Problem haben, würde man zu einem andere Setting wechseln (z.B. Paar- und Familientherapie). Auch der Vorschlag einer Gruppentherapie ergibt sich meist erst aufgrund der ersten Abklärungsgespräche im Einzelsetting. In der 1:1-Situation kann der Therapeut sehr gezielt auf die Probleme des Patienten fokussieren und es gibt keine anderen Themen, die allenfalls diesen Schwerpunkt stören würden.

Bei welchen Diagnosen wird eine Einzeltherapie angewendet?

Grundsätzlich können bei allen psychischen Erkrankungen einzeltherapeutische Verfahren angewendet werden.

Spezialangebot Zwangsstörungen

Wo wird die Einzeltherapie angeboten?

Einzeltherapie in allen ihren Varianten und Ausprägungen ist der Standard und wird an allen vier Standorten angeboten.



Rorschach

+41 71 845 16 55
rorschach@psgn.ch

Marienbergstrasse 19
9400 Rorschach

→ Mehr erfahren



Wil

+41 71 913 11 11
info@psgn.ch

Zürcherstrasse 30
9500 Wil

→ Mehr erfahren



St.Gallen

+41 71 227 12 12
st.gallen@psgn.ch

Teufenerstrasse 26
9000 St.Gallen

→ Mehr erfahren



Wattwil

+41 58 228 67 77
wattwil@psgn.ch

Hembergerstrasse 22
9630 Wattwil

→ Mehr erfahren

Kontakt & Anmeldung



PD Dr. med. Thomas Maier
Chefarzt
Erwachsenenpsychiatrie

Mitglied der
Geschäftsleitung

+41 71 913 12 01



Dr. phil. Urs Braun
Leitender Psychologe,
Psychologie
Leiter Aus- und
Weiterbildung
Psychologie, Center of
Education and Research
(COEUR)

E-Mail
vCard (Download)

+41 71 913 12 77
E-Mail
vCard (Download)



Dr. med. Visnica Vincic
Oberärztin, Leiterin
Ambulante
Erwachsenenpsychiatrie
Wattwil
Leiterin Tagesklinik
Wattwil

+41 58 228 67 77
E-Mail
vCard (Download)

Zentrale Anmeldung und Information ZAI:
+41 71 913 11 80

- Informationen und Beratung zu therapeutischen Angeboten der Psychiatrie St.Gallen Nord
- Anmeldungen für stationäre Behandlungen
- Anmeldungen für Krisenambulatorium Wil

Öffnungszeiten ZAI

- rund um die Uhr besetzt
- werktags 8.00 - 17.00 Uhr, davor und danach diensthabender Arzt

Psychiatrie St.Gallen Nord

Zürcherstrasse 30
9500 Wil

Tel. +41 71 913 11 80, Fax +41 71 913 11 53
anmeldung@psgn.ch

→ [Google Maps Route](#)