

PSYCHOTHERAPIE IN ZEITEN VON CORONA

Psychotherapie während Corona

Psychotherapie gehört zu den Gesundheitsleistungen, welche die medizinische und psychosoziale Versorgung der Gesellschaft sicherstellen. Meine Praxis ist daher nach wie vor geöffnet!

Psychotherapeutische Sitzungen finden unter den bekannten Schutzmaßnahmen auch weiterhin im persönlichen Treffen statt!

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, Therapiesitzungen per Telefon oder online (ZOOM) durchzuführen. Bei aller Zuversicht und Hoffnung, wird vermutlich noch eine Weile dauern, bis die Pandemie für beendet erklärt werden kann.

Wir Menschen sind widerstandsfähig, können mit vielerlei Herausforderungen umgehen lernen und gewöhnen uns an neue Umstände. Ein jeder von uns hat auch in der Vergangenheit schon herausfordernde Zeiten bewältigt und überstanden. Ein Augenmerk ist aber auch in diesen Zeiten auf die psychische und seelischen Gesundheit zu richten.

Wir alle können auch in diesen herausfordernden Zeiten versuchen etwas für uns selbst tun, gut für uns sorgen und einen positiven Blick in die Zukunft behalten.

Den Scheinwerfer auf das zu lenken was möglich ist, was gut tut, was beruhigt hilft uns in dieser schweren Situation und verhindert in Panik und Hoffnungslosigkeit zu verfallen.

Der Österreichische Bundesverband für Psychotherapie (ÖBVP) und der OÖ Landesverband für Psychotherapie empfehlen darum eine Reihe von Maßnahmen, die auf eine weitgehende Risikominimierung für sowohl PatientInnen als auch TherapeutInnen abzielen.

Um den Betrieb in meiner psychotherapeutischen Praxis weiterhin aufrecht zu erhalten und eine mögliche Ansteckung bestmöglich zu verhindern möchte ich folgende (schon bekannte)

Hygieneregeln anregen:

- Einhalten der empfohlenen Abstandsregelung
- Verzicht auf Händeschütteln
- Desinfizieren der Hände und häufiges Händewaschen
- Regelmäßiges desinfizieren Türklinken und anderen Oberflächen
- Ersuchen der PatientInnen um Einhaltung der Hygienemaßnahmen
- Hust- und Niesetikette

- Regelmäßiges Lüften
- Verwendung eines Luftreinigungsfilters

Bitte kommen Sie nur mit FFP2 Maske in die Praxisräumlichkeiten.
Bei Fragen kontaktieren Sie mich bitte!

Claudia Kirchmayr

Stand: Oktober 2021