

Psykoterapiaan liittyvät ohjeet

Kati Koivisto-Peltola

kognitiivinen psykoterapeutti, YET
Fredrikinkatu 20 C 16, 00120 Helsinki

Psykoterapia

Psykoterapia perustuu kognitiiviseen näkemykseen psyykkisistä ongelmista. Työskentelyssä pysähdytään yhdessä tutkimaan, miten asiakas kokee ja tulkitsee itseään, tilanteitaan ja elämäänsä. Tavoitteena on lisätä itseymmärrystä kognitiivisin, emotionaalisin ja vuorovaikutuksellisin keinoin sekä rakentaa uusia ajattelu- ja toimintamalleja ja selviytymiskeinoja.

Luottamuksellisuus ja yhteistyö

Psykoterapia on aina luottamuksellista. Asiakkaan tietoja ei luovuteta ulkopuolisille ilman lupaa. Muistiinpanot ja asiakirjat säilytetään turvallisesti niin, etteivät ne ole sivullisten saatavilla. Työnohjausta varten asioita voidaan käsitellä niin, ettei asiakkaan henkilöllisyys käy ilmi.

Tarvittaessa psykoterapeutti voi olla yhteydessä asiakkaan hoitavaan psykiatriin. Alaikäisen kohdalla voidaan olla yhteydessä myös huoltajaan.

Potilaskirjaukset ja tietosuoja

Asiakastietojen käsittelyssä noudatetaan voimassa olevaa lainsäädäntöä ja Valviran ohjeita. Hallinnollisissa tehtävissä, kuten laskutuksessa, ajanvarauksissa ja asiakirjojen tallennuksessa, käytetään BrightLife-järjestelmää. Potilaskirjaukset tehdään manuaalisesti ja säilytetään lukitussa kaapissa. Kaikkia tietoja käsitellään aina luottamuksellisesti, eikä niitä luovuteta ulkopuolisille ilman asiakkaan suostumusta.

Käytännön järjestelyt

Yksittäisen käynnin kesto on 45 minuuttia, kaksoisajan 1 h 30 min.

Käynnit voidaan toteuttaa lähitapaamisina tai videovälitteisesti Brightlife-järjestelmän kautta.

Tapaamistiheydestä, lomista ja mahdollisista katkoksista sovitaan etukäteen.

Peruutukset tulee tehdä viimeistään edeltävänä päivänä klo 12 mennessä virka-aikana (klo 8–16). Myöhäisestä peruutuksesta tai poisjäännistä peritään normaali maksu.

Yhteydenpito tapahtuu pääsääntöisesti WhatsAppin tai sähköpostin kautta virka-aikaan.

Psykoterapian hinta ja laskutus

Psykoterapian hinta määräytyy voimassa olevan hinnaston mukaan.

Kelan kuntoutuspsykoterapiassa terapeutti laskuttaa Kelan osuuden suoraan Kelasta, ja asiakas maksaa omavastuusuuden.

Vakuutusyhtiön asiakkaiden hinnasto ja käytännöt sovitaan erikseen vakuutusyhtiön kanssa.

Käynnit laskutetaan kuukausittain Brightlife-ohjelman kautta.

Asiakas vastaa laskujensa maksamisesta eräpäivään mennessä. Toistuvat maksuviivästykset voivat johtaa terapian tilapäiseen keskeytykseen.

Terapian lopettaminen

Terapia päätetään yhteisestä sopimuksesta ja lopettamisesta sovitaan hyvissä ajoin etukäteen. Lopetuksen yhteydessä arvioidaan terapian tuloksellisuutta. Terapiaa ei päätetä puhelimitse tai sähköpostitse.

Arviointi ja palaute

Psykoterapian vaikuttavuutta arvioidaan Core-OM-mittarilla terapian alussa ja jokaisen Kelan kuntoutuspsykoterapiakauden lopussa.

Asiakkailta kerätään palautetta kaksi kertaa vuodessa. Palautteella arvioidaan sekä asiakastyytyväisyyttä että hoidon vaikuttavuutta, ja sitä hyödynnetään työn kehittämisessä.

Omavalvontasuunnitelma

Omavalvontasuunnitelma on luettavissa osoitteessa: www.valoahelsinki.fi > Kati