

Що таке психотерапія?

Хто такий психотерапевт?

- Терапевт допомагає вам, якщо ви пережили щось погане.
- Терапевт говорить з вами про ці погані події. Розмова може допомогти вам почуватися краще. Пігулок від поганих спогадів не існує.
- Терапевт — це експерт і співрозмовник для вас. Він не приймає жодних рішень щодо вашого статусу перебування.

Як працює психотерапія?

- Ви можете відвідати терапію, якщо почуваєтеся погано. Терапія є добровільним бажанням.
- Ви можете спробувати терапію. Якщо вам не подобається терапія або ви не відчуваєте себе комфортно з терапевтом, ви можете припинити її.
- Саме ви вирішуєте, що ви хочете розповісти, а що ні.
- Терапевт не може нікому розповідати те, що ви говорите йому. Звісно, терапевт тримає все в таємниці. Його обов'язком є дотримання конфіденційності.
- Терапевт поспілкується з вашим вихователем з вашої групи проживання. Разом ви вирішите, що він може, а що не може сказати твоєму вихователю.
- Терапевт розмовляє німецькою. Якщо ви хочете, вам допоможе перекладач. Його обов'язком також є дотримання конфіденційності.
- Терапія проходить раз на тиждень протягом півроку.
- Вам не потрібно платити за терапію самостійно. Оплата здійснюється коштом медичного страхування або відомства у справах молоді.

Після бесіди багато підлітків відчувають себе краще, воліють знову проводити час з друзями й краще зосереджуються на навчанні в школі.