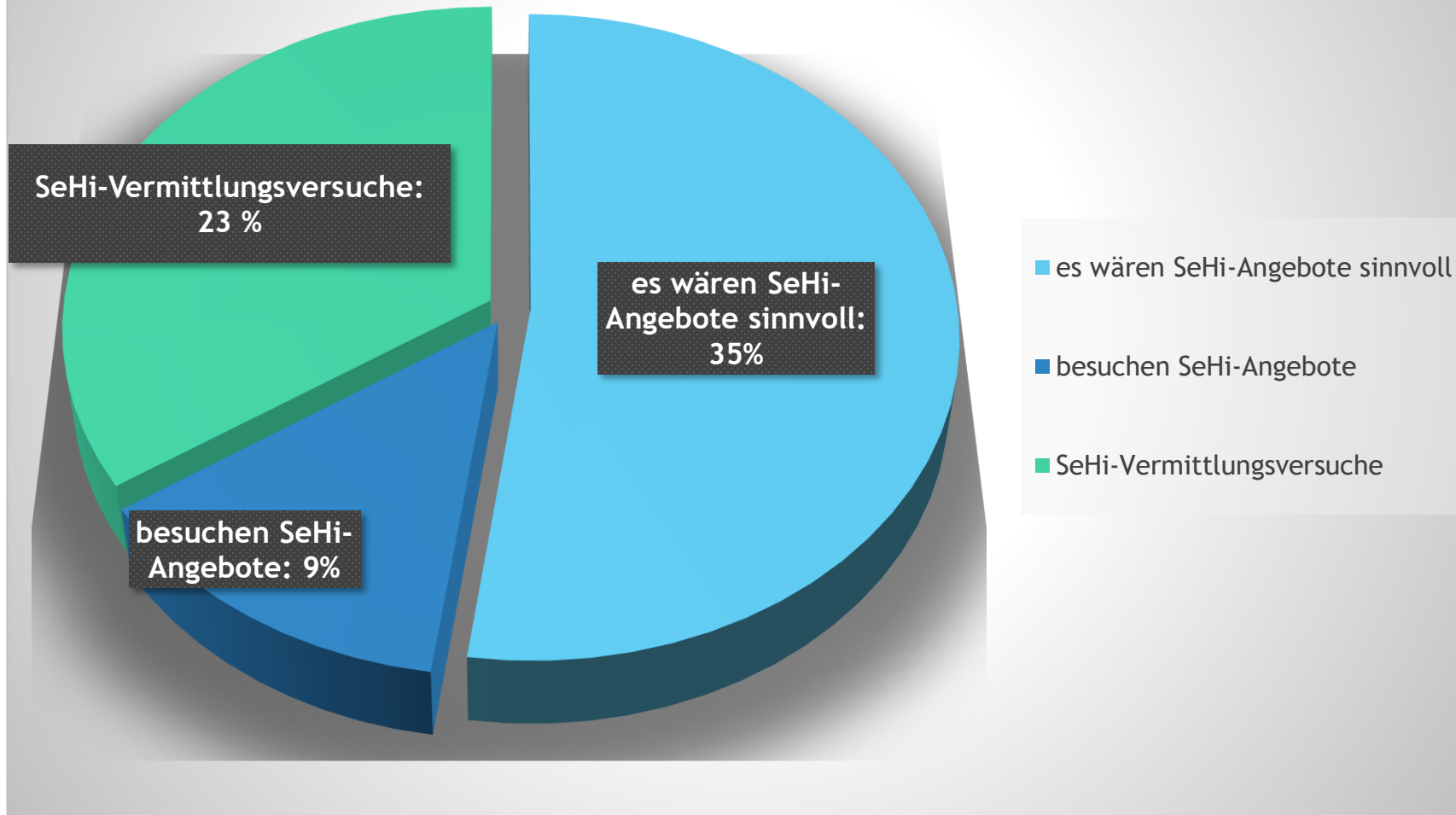


# Vortrag Selbsthilfe und Psychotherapie

Ergebnisse einer kleinen Umfrage unter Psychotherapeutinnen  
und Psychotherapeuten für SeKo Bayern 2021

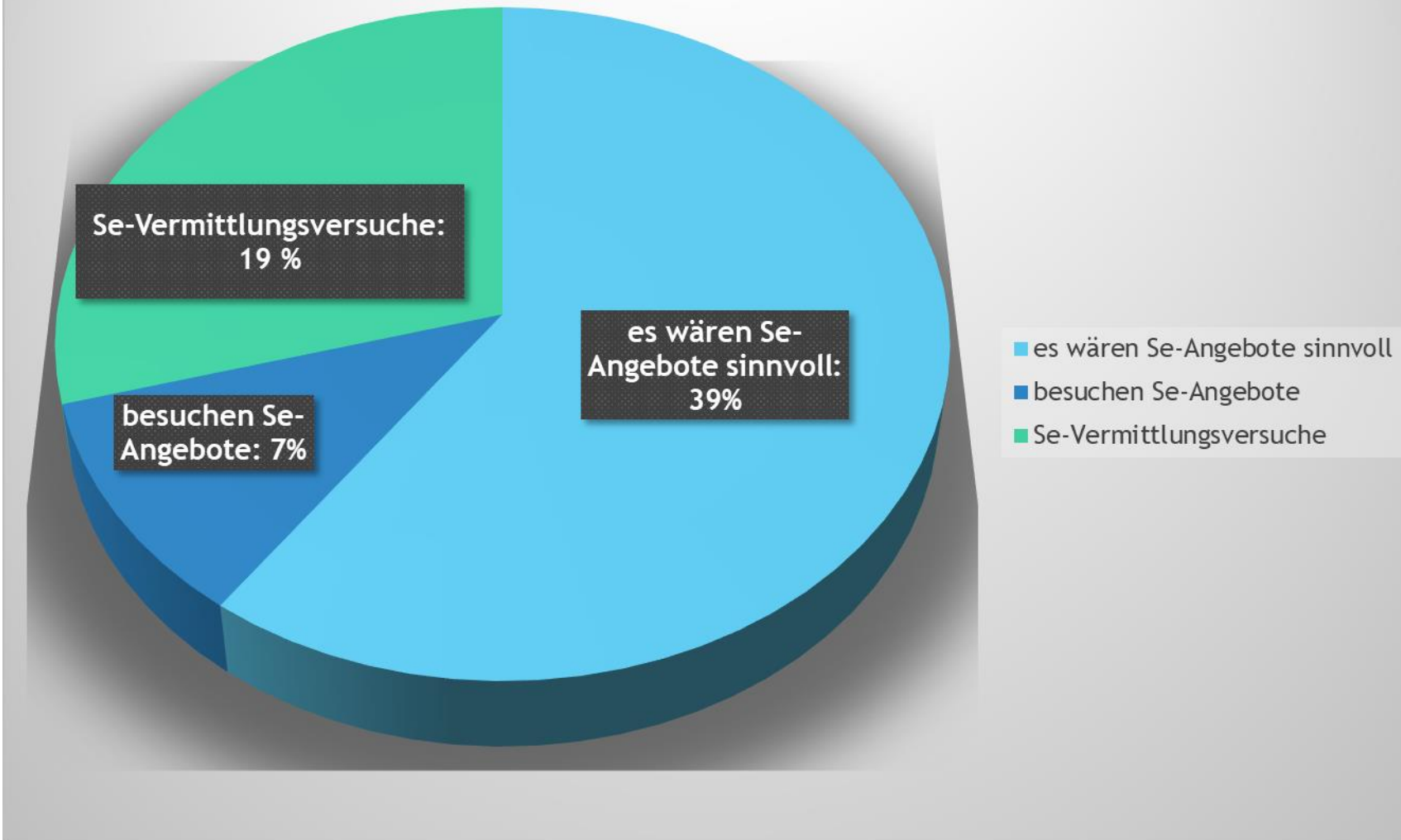
Referentin: Susanne Berwanger, Psychologische Psychotherapeutin und stellv. Vorsitzende des  
VPP im Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP) e.V.

## 2021 Patient:innenanteil in Psychotherapiepraxen



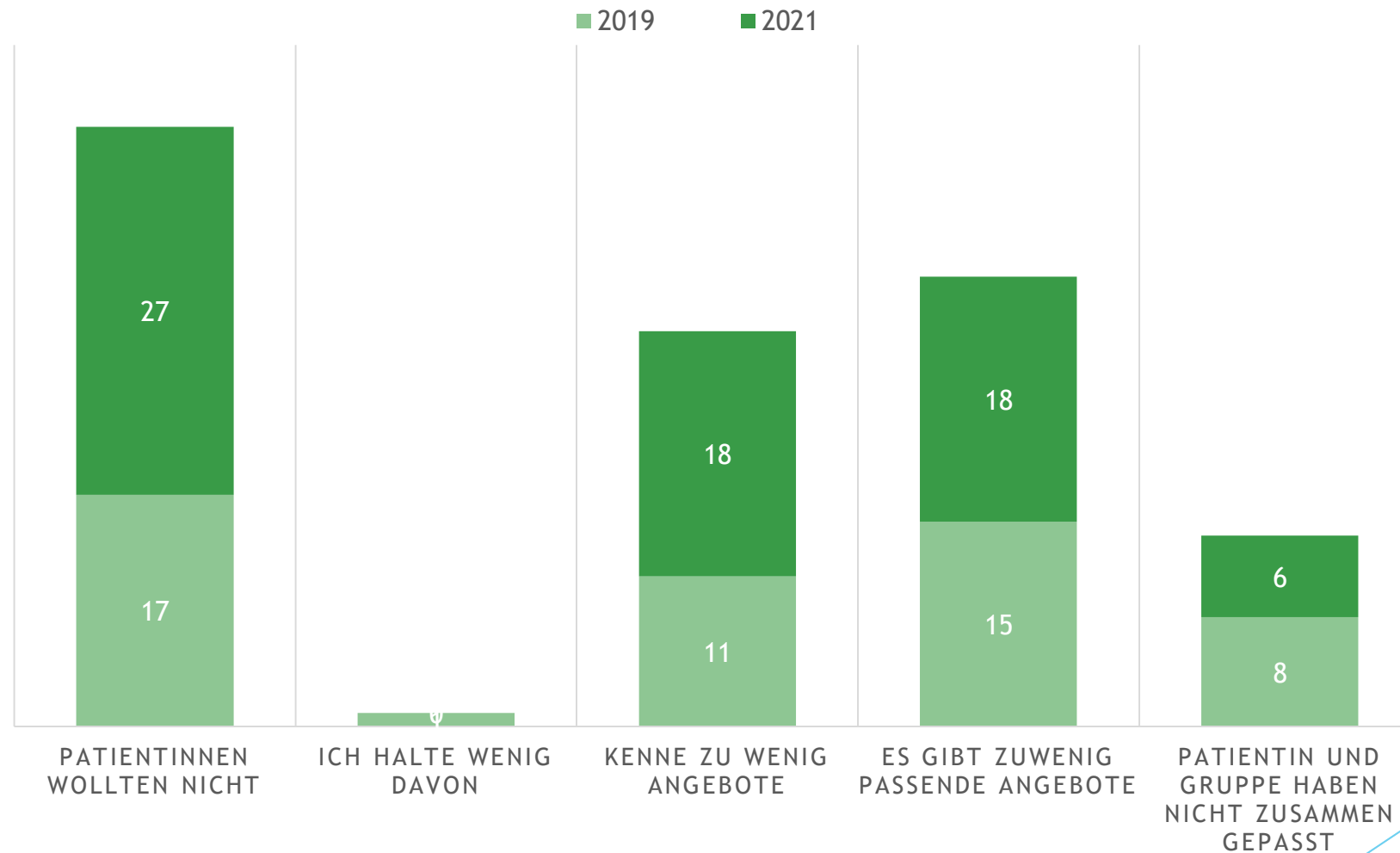
Stichprobe: n=35; Erhebung Herbst 2021

## 2019 Patientenanteil in Psychotherapiepraxen



Stichprobe: n=28; Erhebung September 2019

## WORAN SCHEITERN ANBINDUNGSVERSUCHE?



## Ergebnisse allgemein

1. Insgesamt besuchen nur ca 10 % der Behandelten Selbsthilfeangebote
2. Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten halten bis zu 35 % ihrer Patientinnen und Patienten indiziert für eine Selbsthilfegruppe
3. Gleichzeitig versuchen nur 23 % der Therapierenden Patientinnen und Patienten an Selbsthilfeangebote zu vermitteln
4. Die Ergebnisse 2019 und 2021 ähneln sich

## Hürden:

1. Patientinnen/Patienten wollen nicht  
(PT und Selbsthilfe zuviel auf einmal? Soziale Ängste?  
Anderer Weg?)
2. Fehlende passende/spezifische Angebote
3. Fehlendes Wissen über Strukturen/Angebote

## Ideen für die Zukunft

- Weiterführung der SeKo-Veranstaltungen!
- Vermittlung von Wissen über Selbsthilfestrukturen- auch schon in der psychotherapeutische Ausbildung
- Erinnerungshilfen in der Praxis (Infomaterialien, Checklisten...)

- „Tag der offenen Tür“

Betroffene können sich Psychotherapiepraxen, die Therapeutinnen/Therapeuten darin oder die Selbsthilfegruppen anschauen 

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten können sich Selbsthilfegruppen im Umkreis anschauen. Natürlich sollte es dafür Fortbildungspunkte geben 

## Kleine Umfrage zum Thema „Selbsthilfe“ und Psychotherapie

Die Umfrage ist anonym und wir freuen uns über „ehrliche“ Antworten 😊

1. Für wie viele meiner PatientInnen halte ich eine „organisierte“ Selbsthilfe (Selbsthilfegruppe u.ä.) für sinnvoll?

(0%-100%) \_\_\_\_\_ %

2. Wie viele meiner PatientInnen besuchen diesbzgl. Selbsthilfeangebote?

(0%-100 %) \_\_\_\_\_ %

3. Wie viele meiner PatientInnen versuche ich an Selbsthilfeangebote zu vermitteln?

(0%-100%) \_\_\_\_\_ %

4. Woran scheitern etwaige Anbindungsversuche? (bitte ankreuzen)

- PatientInnen wollten nicht
- Ich halte weniger von diesbzgl. Selbsthilfeangeboten
- Ich kenne zu wenige Angebote/bin nicht drin im Thema
- Es gibt im Umfeld zu wenig passende Angebote
- PatientIn und Gruppe haben nicht zusammen gepasst
- Sonstiges

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**VPP**



Berufsverband  
Deutscher  
Psychologinnen  
und Psychologen e.V.

**Vielen Dank für die  
Aufmerksamkeit!**