

Yhteydenotto psykoterapeuttiin

Kun otat yhteyttä psykoterapeuttiin, viestisi olisi hyvä sisältää tällaisia asioita:

- Millainen työ- tai opiskelutilanteesi on (oletko esimerkiksi opiskelemassa, työelämässä tai sairauslomalla/kuntoutustuella)
- Minkä ikäinen olet
- Mihin asioihin toivoisit apua psykoterapiasta (voit hyödyntää edellisessä vaiheessa kirjaamiasi muutostoiveita)
- Millaista psykoterapiaa etsit (kelan kuntoutuspsykoterapia, vaativa lääkinällinen kuntoutus jne.) ja onko sinulla jo olemassa B-lausunto tai onko sen saamisesta sovittu
- Millaiset vastaanottoajat sinulle sopisivat (esimerkiksi aamu-, päivä- vai ilta-ajat)
- Mikä on tutustumiskäynnin hinta
- Nimesi ja yhteystietosi (puhelinnumero)

Esimerkki:

Lähtettäjä: Alli Asiakas

Vastaanottaja: psykoterapeutti@esimerkki.fi

Aihe: Etsin psykoterapeuttia kelan kuntoutuspsykoterapiaan

Hei!

Olen 25-vuotias opiskelija, ja etsin psykoterapeuttia kelan kuntoutuspsykoterapiaa varten. Opintoni ovat myöhästyneet, sillä luennoilla oleminen ahdistaa minua kovasti. Jännitän uusia ihmisiä ja tilanteita, ja tämän takia olen myös todella väsynyt ja mielialakin on laskenut. Toivoisin näiden asioiden käsittelyyn apua psykoterapiasta. B-lausunnon voisin saada YTHS:ltä.

Milloin sinulla olisi mahdollisuus ottaa uusia asiakkaita ja mitä tutustumiskäynti maksaa? Pääsisin parhaiten ilta-ajoille, mutta ehkä myös päiväajat voivat onnistua.

Ystävällisin terveisin,

Alli Asiakas

Puhelinnumero: 050 123 4567

Seuraavalle sivulle voit hahmotella oman viestisi.



Digimieli



Lähtettäjä:

Vastaanottaja:

Aihe:

Viesti:

Ystävällisin terveisin,

Puhelinnumero:



Digimieli

