



TORSHOV-  
PSYKOLOGENE

## Informasjon til klienter

Under finner du viktig informasjon til deg som har avtalt en time hos oss. Intensjonen bak skrevet er å skape en ryddig og trygg ramme rundt terapien. Din psykolog vil derfor gi deg dette dokumentet og be deg skrive under på det etter første samtale. Ta gjerne kontakt med oss dersom det er noe du opplever som uklart eller om du har ytterligere spørsmål.

### Timebestilling og betaling

En vanlig samtale varer i 45 minutter (inkludert avtale om ny tid) og gjeldende priser står på vår nettside [www.torshovpsykologene.no](http://www.torshovpsykologene.no). Betaling skjer i etterkant via elektronisk faktura sendt til din e-post. Siden betalingen skjer i etterkant av timen er denne løsningen basert på tillit. **Det er svært viktig at fakturaen betales i tide**, da vi gjør alt administrativt arbeid selv, og det å sende ut betalingspåminnelser hver måned tar mye tid. Gi psykologen din beskjed dersom du ikke har mulighet til å betale innen fristen, så dere sammen kan finne en løsning. Forfalte fakturaer vil bli sendt til inkasso, dersom ikke annet er avtalt.

### Avbestilling av timer

Psykologer som driver privatpraksis tar inn kun et begrenset antall klienter for å få nok tid til disse. Avbestillingsfrister på opptil en uke er vanlige og nødvendige forholdsregler for privatpraktiserende psykologer. Hos oss er avbestillingsfristen 48 timer. **Avbestilling av timer senere enn 48 timer (minus helg/helligdager) før timeavtale vil faktureres i sin helhet, uavhengig av årsak.** Dersom timen eksempelvis er kl 14 på en mandag, må altså avbestillingen skje senest kl 14 torsdag uken før.

### Taushetsplikt og journal

**Psykologer har taushetsplikt i alt sitt terapeutiske arbeid.** Med dette menes at det som tas opp med en psykolog ikke fortelles videre uten at det på forhånd er godkjent av klienten, verken til klientens familie/venner, helsevesen, politi, skole eller sosialkontor. Det eneste unntaket fra taushetsplikten er dersom det foreligger åpenbar fare for klienten eller andres liv, eller dersom barn lider under alvorlig omsorgssvikt.

**I henhold til norsk lovverk journalføres behandlingen du får hos oss.** I journalen noterer vi kort hvilke problemstillinger vi jobber med, datoer for samtalene samt faglige vurderinger vi gjør underveis. Ingen utenforstående har innsyn i journalen. Vi har plikt til å oppbevare alle journaler i 10 år før de makuleres. Du har innsynsrett i din journal dersom du skulle ønske det.

**Som en del av den faglige utviklingen til våre psykologer har vi ukentlige veiledningsmøter.** Her diskuterer vi vårt terapeutiske arbeid for å kunne få veiledning fra kollegaer. **Som en kvalitetssikring av din psykolog ber vi derfor om ditt samtykke til at temaer fra din terapi kan diskuteres i veiledningsgruppen.** Alle psykologene er underlagt den samme taushetsplikten, og ved tilfeller der psykologen kjenner klienten det dreier seg om kan ikke psykologen delta i møtet.

## Kontakt mellom timene

**Vi har i utgangspunktet ikke mulighet til å være tilgjengelig mellom timene, annet enn for henvendelser rundt timeavtaler, betaling, korte beskjeder etc.** Psykologene hos oss foretrekker å bli kontaktet på mail. Vi sjekker mail ofte og vil svare deg innen kort tid. Dersom det er nødvendig med mer omfattende arbeid utenom samtalene, for eksempel lengre telefonsamtaler, skriving av attester og liknende skjer dette ved spesiell avtale og vil faktureres på timesbasis.

Dersom du har behov for akutthjelp mellom timene, er det best om du tar kontakt med din fastlege for en øyeblikkelig hjelp-konsultasjon (dagtid) eller legevakten (kveldstid/natt). Det er to årsaker til dette. For det første er det ikke sikkert at vi er tilgjengelige når du trenger kontakt, og du kan derfor risikere å ikke få svar på flere timer. Det er derfor tryggere å kontakte en instans som du vet er bemannet og som kan hjelpe deg med én gang. For det andre har vi behov for en viss forutsigbarhet og ro i vårt privatliv. Vi ber om at du tar det opp med psykologen din dersom du tror du kan ha behov for krisehjelp mellom timene, så dere sammen kan finne en god løsning for dette.

## Behandlingsforløp og avslutning

Det å gå i terapi krever motivasjon og forpliktelse, både fra klientens og terapeutens side. **Når vi tar deg inn til behandling innebærer det et løfte fra vår side om at vi vil gjøre mitt beste for å hjelpe. På samme måte er det viktig at du som klient bestemmer deg for å gå helhjertet inn i prosessen.** Dette betyr for eksempel å opprettholde våre avtaler, forsøke å være åpen og ærlig timene, gi psykologen din tilbakemeldinger underveis om hva som fungerer og ikke fungerer, og å forsøke å ta med deg det dere snakker om inn i hverdagen din mellom timene.

Forskning viser at den viktigste forutsetningen for at terapi skal hjelpe er kvaliteten av relasjonen mellom terapeut og klient. Dersom samarbeidsrelasjonen er sterk, er sannsynligheten for et godt utfall høy. Akkurat som i andre relasjoner, krever dette en viss innsats fra både deg og psykologen. Psykologen din kan komme til å trække feil, såre deg eller irritere deg uten at den er klar over det. Dersom noe kommer i veien for din tillit til oss i løpet av behandlingen, er det en stor fordel for oss å få vite det. Kun på denne måten kan vi arbeide oss gjennom slike utfordringer.

**Du bestemmer selv hvor mange timer du vil ha og når du vil avslutte behandlingen.** Det er nyttig å ha en åpen dialog om dette i løpet av behandlingen, slik at psykologen din kan tilrettelegge for en god avrundning. Det er alltid fordelaktig å ha en planlagt avslutningssamtale hvor dere sammen kan oppsummere hva som har vært nyttig og tenke sammen rundt veien videre.

*Jeg bekrefter at jeg har lest og akseptert overstående informasjonsskriv.*

Navn:

Dato:

Signatur: