

Wie finde ich einen Psychotherapeuten?

1. Vorgehen:

Wenn Sie einen Psychotherapeuten kontaktieren möchten, empfiehlt es sich, den Therapeuten direkt während der Telefonsprechzeit anzurufen. Die Telefonsprechzeiten werden meist auf dem Anrufbeantworter der Praxis genannt. Eine Psychotherapie muss nicht vom Hausarzt veranlasst werden. Sie können direkt einen Termin mit einem Psychotherapeuten vereinbaren.

Sprechstunde:

Die Psychotherapeuten mit Kassenzulassung sind verpflichtet, regelmäßig Sprechstunden anzubieten, tun dies jedoch i.d.R. nur nach Terminvereinbarung. Der Besuch einer Sprechstunde ist ab 1.4.2018 Voraussetzung für den Beginn einer Kurz- oder Langzeittherapie. Allerdings bedeutet der Besuch einer Sprechstunde nicht notwendigerweise, dass Ihnen der Therapeut auch einen Therapieplatz anbieten kann. Oft müssen Patienten nach Besuch der Sprechstunde noch auf einen Therapieplatz warten oder werden an andere Therapeuten weiter verwiesen.

Probatorische Sitzungen:

Für gesetzlich versicherte Patienten gilt: Während der zwei bis vier „probatorischen“ Sitzungen, die vor dem Beginn einer Kurz- oder Langzeittherapie stattfinden, haben Sie Gelegenheit, die Vorgehensweise des Psychotherapeuten kennen zu lernen. Wenn Sie sich während dieser Sitzungen gegen eine Psychotherapie bei diesem Therapeuten entscheiden, sollten Sie ihm dies mitteilen und einen Termin bei einem anderen Therapeuten vereinbaren. So können Sie mehrere Therapeuten kennen lernen.

Wartelisten:

Da die meisten Psychotherapeuten eine Warteliste haben, kann es sinnvoll sein, sich auf zwei oder drei Wartelisten eintragen zu lassen. Sollte dann eine Therapie z.B. aus organisatorischen Gründen nicht zustande kommen, müssen Sie nicht mehr so lange warten, weil Sie schon auf einer oder zwei anderen Wartelisten stehen.

Kassenzulassung:

Wenn die Psychotherapie von einer gesetzlichen Krankenkasse bezahlt werden soll, achten Sie darauf, dass der Therapeut eine Kassenzulassung hat. Privat versicherte Patienten sollten sich direkt bei ihrer Krankenversicherung erkundigen, in welchem Umfang Psychotherapie mitversichert ist.

Therapieverfahren:

Hierunter versteht man die Methode, mit der ein Psychotherapeut arbeitet und für die er ausgebildet ist. Dazu gehören analytische Psychotherapie, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Verhaltenstherapie, systemische Therapie, Gesprächspsychotherapie, Gestalttherapie und viele mehr. Kassenzulassungen haben bisher nur Therapeuten erhalten, die in analytischer Psychotherapie, tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie oder Verhaltenstherapie ausgebildet sind.

Fachgebiete:

Um Psychotherapie durchführen zu dürfen, müssen Psychologen eine zusätzliche psychotherapeutische Ausbildung absolvieren und dürfen sich dann „Psychologische Psychotherapeuten“ nennen. Zudem gibt es verschiedene Fachärzte, die psychotherapeutisch ausgebildet sind. Dies sind vor allem Fachärzte für „Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ bzw. „Psychotherapeutische Medizin“ sowie „Psychiatrie und Psychotherapie“. Unabhängig von diesem Fachgebiet können die Therapeuten Qualifikationen in verschiedenen Therapieverfahren (s.o.) haben.

2. Adressen:

Oft kennen Hausärzte einige Psychotherapeuten in der jeweiligen Region und können Ihnen eine entsprechende Adresse geben.

Kassenärztliche Vereinigung (KV)

Die Kassenärztlichen Vereinigungen nennen Psychotherapeuten im jeweiligen Versorgungsgebiet. Eine Bundesweite Übersicht der Infoangebote der KVen findet sich bei www.kbv.de unter „Arztsuche“. Im Folgenden sind die Angebote der KV Nordrhein und KV Rheinland-Pfalz beschrieben:

KV Nordrhein:

- www.kvno.de: Online-Verzeichnis aller kassenzugelassenen Psychotherapeuten im Gebiet Nordrhein. Auswahl des Fachgebietes: „Psychologische Psychotherapie“ oder „Psychotherapeutisch tätige Ärzte“.
- **Zentrale Informationsbörse Psychotherapie (ZIP)** nennt freie Psychotherapieplätze für Aachen, Bonn, Duisburg, Düsseldorf, Köln, Krefeld und Mönchengladbach (Tel.: 0241-7509182) sowie für Essen, Mülheim und Oberhausen unter (Tel.: 0201-38416114).
- **Termin-Servicestelle** (Tel.: 0211-59708990) vermittelt direkt Sprechstundentermine bei niedergelassenen Psychotherapeuten. Der Termin muss kurz beim Psychotherapeuten bestätigt werden. Es besteht aber wenig Einfluss, bei welchem Therapeuten der Termin stattfindet. Zudem bedeutet ein Termin in der Sprechstunde nicht, dass sich daraus auch eine Psychotherapie bei diesem Therapeuten ergibt.

KV Rheinland-Pfalz:

- www.kv-rlp.de: Online-Verzeichnis aller kassenzugelassenen Psychotherapeuten im Gebiet Rheinland-Pfalz. („Arztfinder“ → „Erweiterte Suche“ → Fachgebiet „Psychiatrie und Psychotherapie“ → „Psychologischer Psychotherapeut“ oder Fachgebiet „Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ → „Psychotherapeutisch tätiger Arzt“)
- **Gesundheits-Info-Service (GIS)** nennt freie Psychotherapieplätze (Tel.: 0261-39002400).
- **Termin-Servicestelle** (Tel.: 06131-8854455). Erläuterungen siehe oben.

Weitere Online-Angebote ermöglichen teilweise die Suche nach bestimmten Psychotherapieverfahren oder Zielgruppen, beinhalten aber meist nicht alle kassenzugelassenen Therapeuten. Sie listen in der Regel auch Psychotherapeuten auf, die keine Kassenzulassung haben, deren Leistungen aber von der privaten Versicherung übernommen werden (hierzu immer vorher die Versicherung fragen):

- Psychotherapeutenkammer Nordrhein-Westfalen: www.ptk-nrw.de
- Psychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz: www.lpk-rlp.de
- Psychotherapie-Informations-Dienst (PID) des Berufsverbandes Deutscher Psychologen: www.psychotherapiensuche.de

Gelbe Seiten:

In den Gelben Seiten sind Psychotherapeuten in verschiedenen Rubriken zu finden: „Ärzte: Psychiatrie und Psychotherapie“, „Ärzte: Psychoanalyse“, „Ärzte: Psychotherapie“, „Ärzte: Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“, „Ärzte: Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie“, „Psychotherapie: Psychologische Psychotherapeuten“, „Psychotherapeuten“, „Psychosomatische Medizin“, „Psychotherapie“, „Psychoanalyse“ sowie „Psychotherapie: Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten“ (www.gelbeseiten.de).

Univ.-Prof. Dr.
Franziska Geiser
Direktorin



Klinik und Poliklinik
für Psychosomatische
Medizin und Psycho-
therapie

Klinikleitung:

Vorzimmer Frau Pick
Fon: 0228 287 15919
Fax: 0228 287 9080127

Psychosomatische Ambulanz

Fon: 0228 287 16299
Fax: 0228 287 9080125
<http://www.psychosomatik-bonn.de>

Schwerpunkt Essstörungen:

Offene Essstörungsambulanz (Donnerstag 13:00 – 15:00 Uhr) u. störungsspezifische stationäre Therapie

Schwerpunkt Angststörung:

Offene Angststörungsambulanz (Dienstag 13:00 – 14:30 Uhr) u. störungsspezifische stationäre Therapie



<http://www.social-phobia-research.de>



<http://www.cio-koeln-bonn.de>

