

## Formale Schritte rund um eine Psychotherapie

---

Sie können eine psychotherapeutische Praxis direkt aufsuchen oder sich von Ihrem Arzt, Ihrer Ärztin überweisen lassen.

Zum Erstgespräch bringen Sie mit

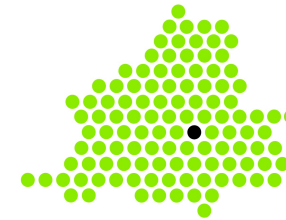
- Ihre Versichertenkarte **und**
- eine Überweisung **oder**  
10€ Praxisgebühr

Bei Kindern und Jugendlichen entfällt die Praxisgebühr.

Eine psychotherapeutische Sitzung dauert in der Regel 50 Minuten und findet meist einmal pro Woche statt. Je nach Notwendigkeit und Therapieverfahren kann die Frequenz zwischen dreimal pro Woche und einmal im Monat variieren.

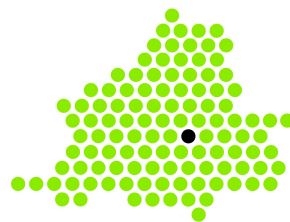
Eine Psychotherapie ist sehr zeitintensiv. Jeder Psychotherapeut, jede Psychotherapeutin kann nur eine begrenzte Anzahl von Behandlungen durchführen. Deshalb kommt es manchmal zu Wartezeiten. In diesem Fall sind wir Ihnen gerne bei der Therapieplatzsuche behilflich.

Nach den Vorgesprächen, mit der Entscheidung für eine Psychotherapie wird die Kostenübernahme der Behandlung bei der Krankenkasse beantragt. Ihr/e Therapeut/in erklärt Ihnen die Vorgehensweise und überreicht Ihnen die notwendigen Formulare.



**PTN** PsychotherapeutInnen-Netzwerk  
Münster und Münsterland e.V.

ViSdP.: Uwe Dießelberg  
Facharzt für Psychosomatische Medizin  
und Psychotherapie  
Bahnhofstr. 31, 48291 Telgte



**PTN** PsychotherapeutInnen-Netzwerk  
Münster und Münsterland e.V.

**Wege  
zu einer  
ambulanten  
Psychotherapie  
in Münster  
und  
im Münsterland**

[www.ptn-muenster.de](http://www.ptn-muenster.de)

Stand 2009

## Wir über uns: Das PTN e.V.

## Psychotherapieverfahren und ihre Kostenübernahme

## Den passenden Therapeuten, die passende Therapeutin finden

Das *PsychotherapeutInnen Netzwerk Münster und Münsterland e.V.* – kurz PTN – ist ein Zusammenschluss von approbierten

- Psychologischen PsychotherapeutInnen
- Ärztlichen PsychotherapeutInnen
- Kinder- und Jugendlichen-PsychotherapeutInnen

Unsere Zielsetzung:

- die Verbesserung der psychotherapeutischen Versorgung
- Informieren über Psychotherapie
- eine bessere Zusammenarbeit zwischen allen an einer Behandlung beteiligten Einrichtungen und Personen
- Berührungängste mindern
- Stigmatisierungen abbauen

Mit diesem Faltblatt möchten wir Ihnen die ersten Schritte zur Aufnahme einer Psychotherapie erleichtern und das Leistungsspektrum von Psychotherapeutinnen und -therapeuten vorstellen.

Weitere Informationen finden Sie auf unseren Internetseiten unter

[www.ptn-muenster.de](http://www.ptn-muenster.de)

Es gibt drei Psychotherapieverfahren, die als Richtlinien-Verfahren bezeichnet werden und deren Kosten von den gesetzlichen und privaten Krankenkassen übernommen werden:

- die Verhaltenstherapie (VT)
- die Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie (TP)
- die Analytische Psychotherapie (AP)

Diese Verfahren können mit Kindern und Jugendlichen wie mit Erwachsenen, als Einzel- oder Gruppentherapie durchgeführt werden. Viele Psychotherapeutinnen und -therapeuten bieten zudem Diagnostik, Kriseninterventionen, stützende Gespräche, psychosomatische Behandlungen oder Konsiliartätigkeit an, einige haben sich zusätzlich spezialisiert, beispielsweise auf Paargespräche und Supervision.

Voraussetzung für eine Kostenübernahme der Behandlung ist die gesetzliche oder private Kassenzulassung des Psychotherapeuten, der Psychotherapeutin.

Außerhalb der Richtlinienpsychotherapie gibt es eine Vielfalt weiterer Psychotherapieverfahren – nicht alle werden von den Kassen übernommen. Deshalb kann eine Psychotherapie auch nach Honorarvereinbarung privat in Rechnung gestellt werden.

Adressen professioneller, approbierter PsychotherapeutInnen bekommen Sie

- unter [www.ptn-muenster.de](http://www.ptn-muenster.de)
- von den Krankenkassen
- von der Psychotherapeutenkammer ([www.ptk-nrw.de](http://www.ptk-nrw.de))
- von der Kassenärztlichen Vereinigung ([www.kvwl.de](http://www.kvwl.de))

Termine können Sie in der Regel telefonisch vereinbaren. Nutzen Sie die Anrufbeantworter: Sie informieren über die Erreichbarkeit der TherapeutInnen und Sie können eine Nachricht hinterlassen. Im Telefonat lässt sich klären, ob ein/e Therapeut/in Ihnen ein Erstgespräch anbieten oder Sie weiter vermitteln kann.

In Vorgesprächen (probatorischen Sitzungen) können Sie Ihr Anliegen ausführlich schildern. Gemeinsam mit dem Therapeuten, der Therapeutin klären Sie die Notwendigkeit und Zielsetzung einer Behandlung sowie Verständnisfragen.

Grundsätzlich sollten Sie sich verstanden und gut aufgehoben fühlen. Die „Chemie“ muss stimmen, denn Vertrauen ist in einer Psychotherapie von entscheidender Bedeutung.