Ihr Weg in eine Psychotherapie

Nach erfolgter Sprechstunde können Sie in mehreren Vorgesprächen – den sogenannten probatorischen Sitzungen – Ihre Anliegen ausführlich schildern. Gemeinsam mit der PsychotherapeutIn klären Sie die Zielsetzung einer Behandlung und Verständnisfragen. Außerdem dient die Probatorik dem gegenseitigen Kennenlernen. Grundsätzlich sollten Sie sich verstanden und gut aufgehoben fühlen, die „Chemie" sollte stimmen. Vertrauen ist in einer Psychotherapie von entscheidender Bedeutung.

Die probatorischen Sitzungen werden von den Krankenkassen generell ohne vorherige Beantragung übernommen. Mit der Entscheidung für eine Psychotherapie wird die Kostenübernahme der Behandlung bei der Krankenkasse beantragt. Die TherapeutIn erklärt Ihnen die Vorgehensweise und stellt gemeinsam mit Ihnen die notwendigen Anträge.

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.

Therapieplatzvermittlung

Eine Psychotherapie ist zeitintensiv. PsychotherapeutInnen können nur eine begrenzte Anzahl von Behandlungen durchführen. Deshalb kann es manchmal zu Wartezeiten oder fehlenden Behandlungsmöglichkeiten kommen. In diesem Fall sind wir Ihnen gerne behilflich. Mit unserer Therapieplatzvermittlung unterstützen wir Sie bei der Suche nach einem Therapieplatz.

Nach **telefonischer Kontaktaufnahme** mit unserem Büro und Schilderung Ihrer Problematik wird den Datenschutzbestimmungen entsprechend anonymisiert bei allen PsychotherapeutInnen des PTN nach freien Behandlungskapazitäten angefragt. Diese werden Ihnen rückgemeldet, sodass ein Erstgespräch zeitnah vereinbart werden kann.

Die aktuellen Sprechzeiten und Erreichbarkeiten der Therapieplatzvermittlung finden Sie auf unserer Homepage. Bitte beachten Sie, dass die telefonische Nachfrage teilweise hoch sein kann, versuchen Sie es dann bitte zu einem späteren Zeitpunkt erneut.

www.ptn-muenster.de
buero@ptn-muenster.de

Wege zu einer ambulanten Psychotherapie

In Münster und im Münsterland

PTN PsychotherapeutInnen-Netzwerk Münster und Münsterland e.V.

Gesundheitshaus Münster
Gasselstiege 13
48159 Münster

Wir über uns:

Das PTN

Das PsychotherapeutInnen-Netzwerk Münster und Münsterland e.V. (kurz PTN) ist ein Zusammenschluss von approbierten

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

Unsere Zielsetzungen:

- Verbesserung der psychotherapeutischen Versorgung
- Informieren über Psychotherapie
- Bessere Zusammenarbeit zwischen allen an einer Behandlung beteiligten Einrichtungen und Personen
- Berührungsängste mindern
- Stigmatisierungen abbauen
- Aufbau von Kooperationsstrukturen innerhalb des Netzwerkes
- Fortbildungen der Mitglieder

Mit diesem Flyer möchten wir Ihnen die ersten Schritte zur Aufnahme einer Psychotherapie erleichtern und das Leistungsspektrum von PsychotherapeutInnen vorstellen. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:

www.ptn-muenster.de

Psychotherapieverfahren und ihre Kostenübernahme

Es gibt folgende Psychotherapieverfahren, die als Richtlinienverfahren bezeichnet und deren Kosten von den gesetzlichen und privaten Krankenkassen übernommen werden:

- die Verhaltenstherapie (VT)
- die Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie (TP)
- die Analytische Psychotherapie (AP)
- die Systemische Therapie (ST, ab 2020)

Diese Verfahren können mit Kindern und Jugendlichen sowie mit Erwachsenen als Einzel- oder Gruppentherapie durchgeführt werden. Viele PsychotherapeutInnen bieten zudem Diagnostik, Kriseninterventionen, stützende Gespräche, psychosomatische Behandlungen oder Konsiliartätigkeiten an. Einige haben sich zusätzlich spezialisiert, z. B. auf Paartherapie oder Supervision.

Voraussetzung für eine Kostenübernahme der Behandlung durch gesetzliche Krankenkassen ist die Kassenzulassung der PsychotherapeutInnen. In freier Praxis tätige TherapeutInnen arbeiten im Rahmen des Kostenerstattungsverfahrens oder auf SelbstzahlerInnen-Basis. Alle können in der Regel mit den privaten Krankenversicherungen und der Beihilfe abrechnen. Außerhalb der Richtlinien-Psychotherapie gibt es eine Vielfalt weiterer Psychotherapieverfahren, die nicht übernommen und privat in Rechnung gestellt werden.

Ihr Weg in eine Psychotherapie

Vor Aufnahme einer Psychotherapie ist der Besuch einer Sprechstunde bei einer PsychotherapeutIn i.d.R. verpflichtend.

Zur Sprechstunde bringen Sie bitte in jedem Fall Ihre Versichertenkarte mit, gegebenenfalls Ihre Überweisung.

Die Sprechstunde dient der diagnostischen Abklärung und der „Weichenstellung" für notwendige weitere Behandlungsschritte. Eine Weiterbehandlung in der gleichen Praxis ist nicht immer gewährleistet. Sie können weiter verwiesen werden, wenn z. B. kein Therapieplatz frei oder ein anderes, spezielles Therapieverfahren indiziert ist.

Adressen approbierter PsychotherapeutInnen bekommen Sie

- unter www.ptn-muenster.de
- von den Krankenkassen
- von der Psychotherapeutenkammer (www.ptk-nrw.de)
- von der Kassenärztlichen Vereinigung (www.kvwl.de)

Sie können eine psychotherapeutische Praxis direkt aufsuchen oder sich ärztlich überweisen lassen. Termine können Sie in der Regel telefonisch vereinbaren. Nutzen Sie die telefonischen Sprechzeiten der Praxen oder hinterlassen Sie eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter.