

## 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 bitte in jedem Fall Ihre Versichertenkarte mit, gegebenenfalls zusätzlich Ihre Überweisung

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.

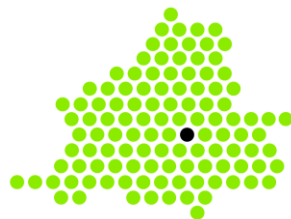
Eine Psychotherapie ist sehr zeitintensiv. Jede Psychotherapeutin, jeder Psychotherapeut kann nur eine begrenzte Anzahl von Behandlungen durchführen. Deshalb kommt es manchmal zu Wartezeiten. In diesem Fall sind wir Ihnen gerne bei der Therapieplatzsuche behilflich.

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

## Therapieplatzvermittlung

Mit unserer Therapieplatzvermittlung unterstützen wir Sie auf der Suche nach einem Therapieplatz. Nach telefonischer Kontaktaufnahme mit unserem Büro und Schilderung Ihrer Problematik wird über einen Emailverteiler bei den Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten des PTN standardisiert und anonymisiert nach aktuell freien Behandlungskapazitäten angefragt und diese Ihnen rückgemeldet. Ein Erstgespräch sollte dann zeitnah von Ihnen vereinbart werden. Die aktuellen Sprechzeiten und Erreichbarkeiten der Therapieplatzvermittlung finden Sie auf unserer Homepage.

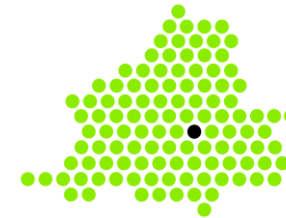
**www.ptn-muenster.de**  
**buerou@ptn-muenster.de**  
**Gesundheitshaus Münster**  
**Gasselstiege 13**  
**48159 Münster**  
**Telefon 0251-9742770**



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

### Impressum

ViSdP.: Uwe Diebelberg  
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**

Stand 2015

## Wir über uns: Das PTN e.V.

## Psychotherapieverfahren und ihre Kostenübernahme

## Die passende Therapeutin, den passenden Therapeut finden

Das *PsychotherapeutInnen-Netzwerk Münster und Münsterland e.V.* – kurz PTN – ist ein Zusammenschluss von über 380 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
- Berührungspunkte 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:

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

Es gibt drei Psychotherapieverfahren, die als Richtlinien-Verfahren bezeichnet 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 der Psychotherapeutin, des Psychotherapeuten.

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 Therapeuten und Sie können eine Nachricht hinterlassen. Im Telefonat lässt sich klären, ob man Ihnen ein Erstgespräch anbieten oder Sie weiter vermitteln kann.

In Vorgesprächen (probatorischen Sitzungen) können Sie Ihr Anliegen ausführlich schildern. Gemeinsam mit der Therapeutin, dem Therapeuten 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.