

*Wie kann eine ambulante Psychotherapie begonnen werden?*

Soll eine Psychotherapie begonnen werden, können sich die Mitglieder der gesetzlichen Krankenkassen **direkt** mit ihrer Chipkarte (bei Entrichtung der Praxisgebühr) oder mit einer ärztlichen Überweisung an die kassenzugelassenen PsychotherapeutInnen wenden. Wenn die Krankenkasse ihre Leistungspflicht anerkannt hat, entstehen den Versicherten bei kassenzugelassenen Psychotherapeuten über die vierteljährliche allgemeine Praxisgebühr hinaus keine Kosten oder Zuzahlungen.

Privat oder Beihilfe-Versicherte sollten sich vor Beginn einer Psychotherapie bei ihrer Krankenkasse oder Beihilfestelle über die Bedingungen der Kostenübernahme informieren.

Bitte beachten Sie, dass psychotherapeutische Praxen **Bestellpraxen** sind. Vorstellungen oder Erstgespräche bei niedergelassenen PsychotherapeutInnen können **nur nach vorheriger telefonischer Terminabsprache** stattfinden. Hierfür sind in den Praxen feste telefonische Sprechzeiten vorgesehen. Außerhalb der Sprechzeiten führen die Therapeuten Behandlungen durch und sind daher nicht erreichbar.

Leider ist es häufig nicht möglich, sofort nach der ersten Kontaktaufnahme mit einer Therapie zu beginnen. Wegen der eingeschränkten Zahl an kassenzugelassenen Psychotherapeuten sind die Praxen in der Regel ausgelastet, und Sie müssen mit z.T. auch längeren **Wartezeiten** bis zur Vergabe eines Termins für ein Erstgespräch rechnen.

In einem ersten persönlichen Gespräch ist dann **abzuklären, ob Psychotherapie und, wenn ja, welches Verfahren angezeigt ist**. Anschließend können bei Bedarf weitere Probesitzungen stattfinden. Da Psychotherapie eine genehmigungspflichtige Leistung der gesetzlichen Krankenkassen und der meisten anderen Kostenträger bildet, ist danach ggf. ein **Antrag auf Kostenübernahme** für die Psychotherapie zu stellen.

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für Psychotherapie ausschließlich bei einer psychischen Erkrankung. Ehe- oder Erziehungsberatung gehören ebensowenig zur Kassenleistung wie reine Präventionsmaßnahmen.