

Wie finde ich einen Psychotherapeuten?

1. Vorgehen:

Wenn Sie einen Psychotherapeuten empfohlen bekommen haben, sollten Sie zuerst telefonisch klären, ob der Therapeut einen freien Therapieplatz hat. Oft kennen auch Hausärzte einige Psychotherapeuten in der jeweiligen Region und können Ihnen eine entsprechende Adresse geben. Eine Psychotherapie muss aber nicht vom Hausarzt veranlasst werden. Sie können auch direkt einen Termin mit einem Psychotherapeuten vereinbaren.

Probatorische Sitzungen:

Für gesetzlich versicherte Patienten gilt: Während der ersten fünf Sitzungen („probatorische Sitzungen“) haben Sie Gelegenheit, die Vorgehensweise des Therapeuten 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 viele Psychotherapeuten eine Warteliste haben, kann es sinnvoll sein, sich auf zwei oder drei Wartelisten eintragen zu lassen. So können Sie besonders lange Wartezeiten umgehen. 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 Therapie 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.

Verwirrende Begriffe:

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

Fachgebiete: Neben Diplom-Psychologen, die eine zusätzliche psychotherapeutische Ausbildung haben (sog. „Psychologische Psychotherapeuten“), 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 vom Fachgebiet können die Therapeuten Qualifikationen in verschiedenen Therapieverfahren (s.o.) haben.

2. Adressen:

Kassenärztliche Vereinigungen (KVen)

Die Kassenärztlichen Vereinigungen bieten den Service, Psychotherapeuten im jeweiligen Versorgungsgebiet zu nennen. Eine bundesweite Übersicht der Infoangebote der KVen finden Sie bei www.kbv.de unter „Arztsuche“. Im Folgenden sind die Angebote der KV Nordrhein und KV Rheinland-Pfalz beschrieben, die für unsere Region zuständig sind.

KV Nordrhein:

1. Im Verzeichnis aller kassenzugelassenen Ärzte und Psychotherapeuten im Gebiet Nordrhein kann die Suche nach Ort, Fachgebiet und bei der Detailsuche auch nach Fremdsprachenkenntnissen eingeschränkt werden (<http://www.kvno.de>, bei „Tätigkeiten“ können dort z.B. „Psychologische Psychotherapie“ oder „Psychotherapeutisch tätige Ärztinnen oder Ärzte“ gewählt werden, gebührenfreies Telefon: 0800-62244 88).

2. Die „Zentrale Informationsbörse Psychotherapie“ (ZIP) nennt freie Therapieplätze im Gebiet der KV Nordrhein: für Aachen, Bonn, Duisburg, Düsseldorf, Krefeld und Mönchengladbach unter 0241-7509182; für den Großraum Köln unter 0221-77636711; für Essen, Mülheim und Oberhausen unter 0201-38416114.

KV Rheinland-Pfalz:

1. Der „Arztfinder“ bietet unter „Erweiterte Suche“ neben der Auswahl des Fachgebiets (unter „Psychiatrie und Psychotherapie (alle)“ auch die Angabe von Postleitzahlen und Umkreissuche (www.kv-rlp.de, dort unter „Info-Center“ → „Erweiterte Suche“).

2. Der „Gesundheits-Info-Service“ (GIS) nennt freie Therapieplätze bei Psychotherapeuten unter 0261 – 39002400.

Psychotherapeutenkammern:

Die Psychotherapeutenkammern bieten oft ebenfalls Online-Psychotherapeutenverzeichnisse. Hier sind zwar meist ausschließlich Psychologische Psychotherapeuten aufgeführt, es kann aber nach Therapierichtungen und anderen Schwerpunkten gesucht werden. Nordrhein-Westfalen: <http://www.ptk-nrw.de>
Rheinland-Pfalz: <http://www.lpk-rlp.de>

Psychotherapie-Informations-Dienst (PID) des Berufsverbandes Deutscher Psychologen

Bundesweite Datenbank, in die sich Diplom-Psychologen eintragen lassen können, die die gesetzlichen Voraussetzungen zur Ausübung von Psychotherapie erfüllen. Die Datenbank ist nicht vollständig, aber die Suche kann nach Zielgruppe (Kinder, Erwachsene, Paare etc.), Problembereich sowie Therapieverfahren und –techniken eingegrenzt werden (<http://www.psychotherapie-suche.de>, 030-209166330).

Gelbe Seiten:

In den Gelben Seiten sind Psychotherapeuten auf folgende Rubriken verstreut:

„Ärzte für Psychiatrie und Psychotherapie“, „Ärzte für Psychoanalyse und Psychotherapie“, „Ärzte für Psychotherapeutische Medizin“, „Ärzte für Psychotherapie“, „Psychologie, Psychologische Beratung“, „Psychologische Psychotherapeuten“, „Psychosomatik“, „Psychotherapie“, „Psychotherapie: Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten“ sowie „Psychotherapie: Psychologische Psychotherapeuten“ (<http://www.gelbeseiten.de>).

Klinik und Poliklinik für
Psychosomatische Medizin und
Psychotherapie
Sigmund-Freud-Str. 25, 53105 Bonn

Direktorin
Prof. Dr. F. Geiser

Klinikleitung:
Vorzimmer Frau Pick
Fon: 0228 287 15919
Fax: 0228 287 14356

Psychosomatische Ambulanz
Fon: 0228 287 16299
Fax: 0228 287 15382

Schwerpunkt Essstörungen:
Offene Essstörungsambulanz (Donnerstag 13 – 15.30 Uhr) u. störungsspezifische stationäre Therapie

<http://www.psychosomatik.uni-bonn.de>