



**I. Beratungs- und Therapieangebote**

**a. Die psychotherapeutische Sprechstunde**

In der psychotherapeutischen Sprechstunde (Erstgespräch) klärt der Therapeut ab, ob ein Verdacht auf eine psychische Krankheit vorliegt und der Patient eine Psychotherapie benötigt oder ob ihm mit anderen Unterstützungs- und Beratungsangeboten (z.B. Präventionsangebote, Ehe- und Familienberatungsstelle) geholfen werden kann.

Alle weiteren hier genannten Maßnahmen werden dann bewilligt, wenn der Psychotherapeut eine Empfehlung für eine zeitnahe psychotherapeutische Behandlung ausgesprochen hat.

Die psychotherapeutische Sprechstunde ist also Voraussetzung für eine Akutbehandlung und probatorische Sitzungen, die wiederum Voraussetzung für eine Kurz- oder Langzeittherapie sind.

Eine mögliche weiterführende Behandlung muss aber nicht durch den Therapeuten erfolgen, der die Sprechstunde durchgeführt hat.

**b. Die Akutbehandlung**

Die Akutbehandlung soll akuten psychischen Krisen gegensteuern und so stabilisieren, dass andere Maßnahmen durchgeführt werden können, falls nötig.

**c. Probatorische Sitzungen**

Vor einer Kurz- oder Langzeittherapie finden mindestens zwei probatorische Sitzungen (Probesitzungen) statt. Dort kann eine ausführlichere diagnostische Abklärung stattfinden und es kann genauer geklärt werden, welches Therapieverfahren für den Patienten am geeignetsten ist.

**d. Kurzzeittherapie**

Kurzzeittherapien umfassen bis zu 24 Therapieeinheiten in zwei Bewilligungsschritten (12+12) und können nach der ersten probatorischen Sitzung beantragt werden. Eine Kurzzeittherapie kann in eine Langzeittherapie umgewandelt werden.

**e. Langzeittherapie**

Auch die genehmigten Therapieeinheiten der Langzeittherapie erfolgen in zwei Bewilligungsschritten und umfassen in Einzelbehandlung à 50 Minuten folgende Zahl an Therapieeinheiten:

Analytische Psychotherapie (AP) 160 / 300

Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie (TP) 60 / 100

Verhaltenstherapie (VT) 60 / 80

## II. Terminvermittlung

### a) Die Terminservicestellen

Die Terminservicestellen der Kassenärztlichen Vereinigungen vermitteln freie Termine bei (Fachärzten und) Psychotherapeuten. Dabei geht es zunächst um Termine für die psychotherapeutische Sprechstunde, die Voraussetzung ist für eine Akutbehandlung und probatorische Sitzungen.

Die Terminservicestellen sind verpflichtet, den Patienten einen Termin beim Psychotherapeuten innerhalb von vier Wochen anzubieten.

#### **Kontakt:**

Terminservicestelle der Kassenärztlichen Vereinigungen, in Bayern:

Tel. 0921 787765 - 55030

Mo, Di, Do 8 -17 Uhr, Mi, Fr 8-13Uhr

Die Terminservicestelle vermittelt einen Termin bei einem Psychotherapeuten, der im jeweiligen Zeitraum freie Termine hat. Eine Vermittlung zum Wunschtherapeuten ist nicht möglich und deshalb kommt es vor, dass mit dem vermittelten Termin auch eine weitere Anfahrt verbunden ist oder der Therapeut für Sie nicht der / die Richtige ist. Sie haben keinen Anspruch auf einen Termin:

- bei einem bestimmten Psychotherapeuten,
- zu einem von Ihnen bevorzugten Zeitpunkt,
- an einem von Ihnen bevorzugten Ort oder Stadtteil.

**Es empfiehlt sich daher, dass Sie zuerst beim Wunschtherapeuten Ihrer Wahl anfragen und versuchen, dort einen Termin zu vereinbaren, bevor Sie sich an den Terminservice wenden.**

### b) Die Koordinationsstelle

Davon zu unterscheiden ist die Koordinationsstelle Psychotherapie, die sich ebenfalls unter dem Dach der KVB befindet. Sie vermittelt Psychotherapieplätze, also in Kurzzeit- oder Langzeitpsychotherapien, die nach den Probesitzungen bei der Krankenkasse beantragt werden müssen. Die Koordinationsstelle versucht dabei Ihre spezifischen Anliegen zu berücksichtigen.

#### **Kontakt:**

Tel.: 0921 787765-40410

Mo-Do: 09:00-17:00 Uhr

Fr: 09:00-13:00 Uhr

### III. **Empfehlung zum Vorgehen:**

Lassen Sie sich von der Koordinationsstelle Psychotherapie unmittelbar den Kontakt zu Therapeuten vermitteln, die geeignete Methoden anbieten.

Auch die verpflichtende psychotherapeutische Sprechstunde und die probatorischen Sitzungen können Sie dann dort vornehmen.

Machen Sie Ihr Anliegen, was Sie für Ihre Therapie benötigen, mit Hilfe des Musterschreibens „**Anfrage Koordinationsstelle**“ (das Sie ebenfalls auf den Webseiten des THZN finden) telefonisch deutlich, damit eine gezielte Vermittlung gelingt.

Häufig sind sich betroffene Menschen unsicher was bei Ihnen vorliegt, oder was zum jetzigen Zeitpunkt die richtige Entscheidung und das richtige Vorgehen ist. Dann wenden Sie sich bitte an eine Beratungsstelle, insbesondere Ihr regionales Traumahilfezentrum, um in Beratungsgesprächen zu klären, welcher Schritt gegenwärtig für Sie geeignet sein wird.

Während die Vermittlung von Erstgesprächen und Akutbehandlungen nach einer aktuellen Studie der Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) leidlich gut funktionieren, sind die Wartezeiten auf eine psychotherapeutische Kurz- oder Langzeittherapie immer noch inakzeptabel.

Wenn Sie selbst betroffen sind und bisher vergeblich auf einen Therapieplatz warten, können Sie Ihr Therapiegesuch mit Hilfe des Musterschreibens „**Anfrage Koordinationsstelle**“ bei der Koordinationsstelle der KVB vortragen.