



## Patientenmerkblatt – Ambulante Psychotherapie

Dieses Informationsblatt enthält wichtige Hinweise zum Ablauf und zu den Rahmenbedingungen einer Psychotherapie in meiner Praxis. Es soll Ihnen Transparenz und Orientierung geben und ist Bestandteil unseres Behandlungsvertrags.

### Was ist Psychotherapie?

Psychotherapie ist die wissenschaftlich fundierte Behandlung psychischer Erkrankungen mithilfe von Gesprächen, psychologischen Methoden und bewährten Techniken. Ziel ist es, seelisches Leiden zu lindern, das eigene Erleben und Verhalten besser zu verstehen und langfristige Veränderungen zu ermöglichen. Eine Psychotherapie ist dann angezeigt, wenn psychische Belastungen zu Krankheitssymptomen führen und die Bewältigung des Alltags dadurch beeinträchtigt wird.

Vor Beginn einer Psychotherapie ist eine ärztliche Abklärung notwendig, um auszuschließen, dass körperliche Ursachen (z. B. eine Schilddrüsenerkrankung) für die Beschwerden mitverantwortlich sind.

### ALLGEMEINE HINWEISE UND ABLAUF DER THERAPIE

1. Der erste Kontakt erfolgt in der Regel über die psychotherapeutische Sprechstunde. Dort wird eine Erstdiagnose gestellt und geklärt, ob eine Akutbehandlung, Psychotherapie oder eine andere Empfehlung angezeigt ist. Über das Ergebnis erhalten Sie eine schriftliche Information.
2. Eine Akutbehandlung (max. 12 Sitzungen im Jahr) kann sich anschließen, wenn eine schnelle Intervention zur Krisenbewältigung notwendig ist. Sie ist nicht mit einer regulären Psychotherapie gleichzusetzen.
3. In der Therapie-Vorphase (Sprechstunden + probatorischen Sitzungen, mind. 3 Sitzungen) werden sowohl die Passung als auch die Behandlungsform und -frequenz besprochen.
4. Am Ende der Probatorik wird gemeinsam entschieden, ob eine Psychotherapie aufgenommen und ggf. ein Antrag auf Kostenübernahme gestellt werden soll.
5. Eine reguläre Sitzung dauert 50 Minuten. In Einzelfällen sind Doppelstunden oder aufgeteilte Sitzungen (2×25 Minuten) möglich.
6. Psychotherapie kann als Kurzzeit- oder Langzeittherapie beantragt werden. Eine langfristige Rezidivprophylaxe ist ebenfalls möglich.
7. Die Anzahl möglicher Sitzungen hängt vom Behandlungsverfahren und Kostenträger ab (GKV, PKV, Beihilfe).
8. Bei Kindern, Jugendlichen oder in bestimmten Fällen bei Erwachsenen können Bezugspersonen in die Therapie eingebunden werden (bis zu ¼ der Sitzungen).
9. Alle eingereichten Unterlagen werden Teil Ihrer Patientenakte und mindestens zehn Jahre nach Abschluss der Therapie aufbewahrt. Danach erfolgt eine datenschutzkonforme Vernichtung (inkl. 1 Jahr Pufferfrist).



## BEHANDLUNGSANTRAG UND SOMATISCHE ABKLÄRUNG

10. Eine Psychotherapie ist grundsätzlich antrags- und genehmigungspflichtig. Der Antrag erfolgt durch Sie, die Begründung durch den Therapeuten.
11. Eine vorherige ärztliche körperliche Abklärung (Konsiliarbericht) ist erforderlich, um körperliche Erkrankung als Ursache des psychischen Leidens auszuschließen – auch bei Selbstzählnern.
12. Bei gesetzlich Versicherten erfolgt der Antrag anonymisiert durch eine Chiffre.
13. Bei PKV/Beihilfe kann der Datenschutz nicht vollumfänglich gewährleistet werden.

---

## THERAPIEGENEHMIGUNG UND BEGINN

14. Die Therapie beginnt erst nach schriftlicher Genehmigung durch den Kostenträger.
  15. Ein vorzeitiger Beginn ist auf eigenes Risiko möglich, falls keine oder nur teilweise Kostenübernahme erfolgt.
- 

## SCHWEIGEPFLICHT UND DOKUMENTATION

16. Alle Therapeuten unterliegen der Schweigepflicht. Ausnahmen erfordern Ihr ausdrückliches Einverständnis.
  17. Zur interdisziplinären Zusammenarbeit ist bei GKV-Versicherten ein Bericht an den Hausarzt vorgeschrieben – mit schriftlicher Schweigepflichtentbindung.
  18. Aufzeichnungen (Ton/Video) erfolgen nur mit Ihrer freiwilligen Einwilligung und werden nach Therapieende gelöscht. Ein Widerruf ist jederzeit möglich.
  19. Fallverläufe können anonymisiert in Supervision/Intervision besprochen werden. Alle Beteiligten unterliegen der Schweigepflicht.
  20. Auch Sie unterliegen der Schweigepflicht gegenüber anderen Patienten, denen Sie z. B. Gruppentherapie oder im Wartezimmer begegnen.
  21. Der optionale elektronische Kontakt (E-Mail/SMS) birgt ein gewisses Datenschutzrisiko und wird grundsätzlich nur für Organisatorisches verwendet.
  22. Alle Einwilligungen können jederzeit widerrufen werden.
- 

## PSYCHOTHERAPEUTISCHE VIDEOSITZUNGEN

In bestimmten Fällen kann die Psychotherapie auch als Videositzung stattfinden – insbesondere wenn persönliche Anwesenheit vorübergehend nicht möglich oder nicht erforderlich ist. Diese Entscheidung wird individuell und gemeinsam getroffen.

23. Die psychotherapeutischen Sitzungen finden ausschließlich mit dem Psychotherapeuten statt.



- 
24. Es wird ein von der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) zertifizierter Videodienst verwendet, der eine Ende-zu-Ende-Verschlüsselung sicherstellt. Der Anbieter kann Inhalte weder einsehen noch speichern.
  25. Beide Seiten befinden sich in ruhigen, geschlossenen Räumen mit ausreichender Privatsphäre.
  26. Zu Beginn jeder Sitzung werden ggf. anwesende Personen im Raum benannt.
  27. Mitschnitte oder Aufzeichnungen der Sitzung sind beidseitig nicht gestattet.

**Hinweis:** Auch die technische Sicherheit auf Ihrer Seite (aktueller Betriebssystem, Virenschutz, Firewall) trägt zum Datenschutz bei. Die Einladung zur Videositzung erfolgt in der Regel per E-Mail.

---

## TERMINVEREINBARUNG UND AUSFALLHONORAR

28. Termine werden verbindlich vereinbart und sind exklusiv für Sie reserviert (Bestellsystem).
29. Terminabsagen müssen mindestens 48 Stunden vorher erfolgen (Sonderregelung bei Krankheit).
30. Bei kurzfristiger Absage oder Nichterscheinen fallen folgende Kosten an:

### Absagezeitpunkt

- Mehr als 48 Stunden vor vereinbartem Termin → **0 €**
- Weniger als 48 Stunden vorher mit Krankheitsnachweis → **0 €**
- Weniger als 48 Stunden vorher ohne Krankheitsnachweis → **60 €**
- Keine Absage / Nichterscheinen → **100 €**

Das Ausfallhonorar wird nicht von der Krankenkasse übernommen.

## KOSTENREGELUNGEN (GKV / PKV / SELBSTZAHLER)

31. GKV-Patienten reichen ihre elektronische Gesundheitskarte quartalsweise ein.
  32. Änderungen Ihrer Versicherung müssen unverzüglich mitgeteilt werden.
  33. Bei Behandlungsende/Abbruch erfolgt eine Meldung an die Krankenkasse – ohne inhaltliche Angaben.
  34. Bei PKV oder Selbstzahlern gelten individuelle Vereinbarungen laut GOP/GOÄ mit 2,3-fachem Steigerungssatz, sofern nicht anders vereinbart.
  35. Unabhängig von der Erstattung durch die Versicherung ist das Honorar vollständig vom Versicherten zu tragen.
- 

## QUALITÄTSSICHERUNG

36. In meiner Praxis werden zur Qualitätssicherung Diagnostikverfahren (z. B. Fragebögen) eingesetzt. Diese Daten werden anonymisiert gespeichert.



## SELBSTVERPFLICHTUNG PATIENT

37. Während der Psychotherapie verzichten Sie auf Drogen oder Suchtmittel (z. B. Cannabis, Alkohol). Besonders auf die, die im Zusammenhang mit den Therapiezielen und Symptomatik stehen.
38. Im Falle suizidaler Krisen verpflichten Sie sich zur sofortigen stationären Behandlung.
39. Veränderungen bei Medikamenteneinnahme sind dem Therapeuten mitzuteilen.
40. Bei Bedarf bringen Sie bitte zusätzliche Unterlagen ein (z. B. Klinikberichte).

## AUFLÄRUNG UND WIRKSAMKEIT

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen derzeit die Kosten für folgende wissenschaftlich anerkannte Psychotherapieverfahren:

- Verhaltenstherapie
- Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
- Analytische Psychotherapie
- Systemische Therapie

Diese Verfahren können in Einzel- oder Gruppensitzungen durchgeführt werden. Die Auswahl des Verfahrens erfolgt gemeinsam mit Ihnen auf Grundlage Ihrer persönlichen Situation und dem Behandlungsangebot der Praxis.

41. Die in der Praxis verwendeten Verfahren gehören zu den wissenschaftlich anerkannten Therapieverfahren (z. B. Verhaltenstherapie, ACT, Schematherapie).
42. In Einzelfällen kann eine stationäre oder teilstationäre Behandlung sinnvoll sein.
43. Auch wenn Psychotherapie nachgewiesen wirksam ist, kann es zu vorübergehender Symptomverschlechterung oder ausbleibender Wirkung kommen.

## KÜNDIGUNG

44. Sie können den Therapievertrag jederzeit fristlos kündigen.
45. Der Therapeut kann bei verbesserter Symptomatik oder fehlender Passung oder Mitarbeit die Therapie beenden.