



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. Die reguläre Psychotherapie beginnt mit probatorischen Sitzungen (mind. 2), in denen sowohl die Passung als auch die Behandlungsform und -frequenz besprochen werden.
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/die Therapeut*in.
 11. Eine vorherige körperliche Abklärung (Konsiliarbericht) durch einen Ärztin ist erforderlich – auch bei Selbstzahlern.
 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.
-

SCHWEIGEPLICHT UND DOKUMENTATION

16. Therapeut*innen unterliegen der Schweigepflicht. Ausnahmen erfordern Ihr ausdrückliches Einverständnis.
 17. Zur interdisziplinären Zusammenarbeit ist bei GKV-Versicherten ein Bericht an den/die Hausarzt*in 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 Patient*innen, denen Sie z. B. im Wartezimmer begegnen.
 21. Ein optionaler elektronischer Kontakt (z. B. E-Mail) erfolgt unverschlüsselt und birgt ein gewisses Risiko. Sensible Daten werden nicht per Mail versendet.
 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 Sitzungen finden ausschließlich mit dem/der Psychotherapeut*in 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 (aktuelles 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.
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 Nachweis → **0 €**
- Weniger als 48 Stunden vorher ohne Nachweis → **60 €**
- Keine Absage / Nichterscheinen → **100 €**

Das Ausfallhonorar wird nicht von der Krankenkasse übernommen.

KOSTENREGELUNGEN (GKV / PKV / SELBSTZAHLER)

31. GKV-Patient*innen reichen ihre elektronische Gesundheitskarte quartalsweise ein.
 32. Änderungen Ihrer Versicherung müssen unverzüglich mitgeteilt werden.
 33. Bei Behandlungsende (auch 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/von der Patient*in zu tragen.
-



QUALITÄTSSICHERUNG

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

SELBSTVERPFLICHTUNG DES/DER PATIENT*IN

37. Während der Psychotherapie verzichten Sie auf Drogen oder Suchtmittel (z. B. Glücksspielautomaten).
38. Im Falle suizidaler Krisen verpflichten Sie sich zur sofortigen stationären Behandlung.
39. Veränderungen bei Medikamenteneinnahme sind dem/der Therapeut*in mitzuteilen.
40. Bei Bedarf bringen Sie bitte zusätzliche Unterlagen ein (z. B. Klinikberichte).
-

AUFKLÄRUNG 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/die Therapeut*in kann bei fehlender Mitarbeit die Therapie beenden und den Kostenträger ohne inhaltliche Angaben informieren.
-