



Wege zum Termin (Therapeutische) Hilfe und Unterstützung

In der **gesetzlichen Krankenversicherung (GKV)** erhält man über den Hausarzt eine Überweisung zum Psychotherapeuten oder Psychiater. Die GKV deckt Kosten für ambulante Psychotherapie bei ärztlicher Diagnose ab. Auch ohne Überweisung kann man einen Therapeuten aufsuchen und Kostenübernahme beantragen. Viele Krankenkassen bieten Terminservicestellen, um Wartezeiten zu verkürzen.

In der **privaten Krankenversicherung (PKV)** kann man ohne Überweisung direkt einen Therapeuten aufsuchen. Kosten werden privat abgerechnet und können später erstattet werden. Die PKV ermöglicht oft schnellere Terminvergabe und mehr Therapeutenwahl. Es ist wichtig, Leistungen und Abrechnungsmodalitäten im Voraus zu prüfen, um Missverständnisse zu vermeiden.

Eine **private Krankenzusatzversicherung** bietet (gesetzlich) Versicherten zusätzliche Leistungen wie Kostenübernahme für Therapeuten oder Coaches in der Psychotherapie. Es ist wichtig, vor Behandlungsbeginn die genauen Leistungen und Erstattungsmodalitäten zu prüfen, einschließlich Selbstbeteiligungen und eventuellen Ausschlüssen bestimmter Therapiemethoden.

Fördermitgliedern von Nefesch 52°13° steht ein attraktiver Tarif für die private Krankenzusatzversicherung zur Verfügung. So können die entstehenden Kosten für privat zu zahlende Therapeuten oder Heilpraktiker abgefangen werden. Gleichzeitig ermöglicht dies häufig eine kürzere Wartezeit auf Termine, da private Behandler oft kurzfristige Termine anbieten können.

Mögliche Ansprechpersonen/Anlaufstellen

Psychotherapeut:innen

Bei einem Termin bei einem Psychotherapeuten oder einer Psychotherapeutin findet in der Regel zunächst ein Erstgespräch statt, in dem die Probleme und Ziele des Klienten besprochen werden. Anschließend wird gemeinsam ein Therapieplan entwickelt, der die weiteren Schritte und die Dauer der Therapie festlegt.

Bei entsprechender Indikation können die Kosten von der gesetzlichen bzw. privaten Krankenversicherung übernommen werden.



Psychiater:innen

Ein Termin bei einem Psychiater oder einer Psychiaterin beinhaltet oft eine ausführliche Anamnese und Diagnostik, um eventuelle psychische Störungen zu identifizieren. Basierend auf den Ergebnissen wird eine Behandlungsempfehlung ausgesprochen, die medikamentöse Therapien, Gesprächstherapien oder andere Maßnahmen umfassen kann.

Bei entsprechender Indikation können die Kosten von der gesetzlichen bzw. privaten Krankenversicherung übernommen werden.

Heilpraktiker:innen, beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie

Heilpraktiker:innen, beschränkt auf das Gebiet der für Psychotherapie führen ebenfalls Erstgespräche durch, um die individuelle Situation des Klienten zu erfassen. Sie verwenden häufig auch alternative Therapiemethoden zur Behandlung psychischer Probleme.

Honorarkosten für Termine können privat bezahlt werden – oder im Rahmen einer privaten Krankenversicherung oder einer privaten Krankenzusatzversicherung bei entsprechender Diagnose häufig auch mit der Krankenkasse abgerechnet werden.

Coaches und Lebensberater:innen:

Ein Coaching- oder Beratungs-Termin beginnt oft mit der Festlegung von Zielen und Erwartungen. Der Coach/Berater unterstützt Klient:innen dabei, Lösungen zu entwickeln, Ressourcen zu aktivieren und persönliche Entwicklung voranzutreiben.

Honorarkosten für Coaches, Lebensberater:innen, Seelsorger:innen usw. werden privat übernommen.

Beratungsstelle (zB Beratungssprechstunde):

In einer Beratungsstelle werden oft kurzfristige Gesprächstermine angeboten, um akute Probleme zu besprechen und erste Lösungsansätze zu finden. Je nach Bedarf kann eine längerfristige Beratung oder Vermittlung an spezialisierte Fachkräfte erfolgen.

Die Beratungssprechstunde von Nefesch 52°13° e.V. bietet eine erste Anlaufstelle, um bequem und einfach online eine erste Einschätzung oder zweite Meinung von einer kompetenten, qualifizierten Ansprechperson zu erhalten und gegebenenfalls weiter begleitet oder weiter vermittelt zu werden.