

# PRAXIS FÜR PSYCHOTHERAPIE

KATHRIN KOBELT  
ÄRZTIN

Wiehbergstraße 38, 30519 Hannover

[www.praxis-kobelt.de](http://www.praxis-kobelt.de)

mail: [praxis-kobelt@web.de](mailto:praxis-kobelt@web.de)

tel: 0511 - 203 67 31

fax: 0511 - 203 82 64

---

## **PATIENTENINFORMATION für Privatpatienten**

### **Was ist Psychotherapie?**

Psychotherapie ist eine Behandlung von psychischen („seelischen“) Erkrankungen mithilfe von wissenschaftlich anerkannten Verfahren, Methoden und Techniken. Psychische Erkrankungen können das Erleben, das Verhalten sowie das geistige und körperliche Wohlbefinden stark beeinträchtigen und mit Leid, Angst, Verunsicherung und Einschränkungen der Lebensqualität einhergehen. Eine Psychotherapie ist dann ratsam, wenn psychische Probleme nicht mehr allein oder mit Hilfe der Familie oder von Freunden gelöst werden können, zu Krankheitserscheinungen führen und die alltäglichen Anforderungen des Lebens nicht mehr bewältigt werden können.

Vor Beginn einer Psychotherapie ist eine Abklärung durch eine Ärztin oder einen Arzt zur Frage notwendig, ob körperliche Ursachen für die psychische Erkrankung verantwortlich oder mitverantwortlich sein können.

Alle psychotherapeutischen Behandlungen haben gemeinsam, dass sie über das persönliche Gespräch erfolgen, das durch spezielle Methoden und Techniken ergänzt werden kann (z.B. freie Mitteilung von Gedanken und Einfällen, konkrete Aufgaben um z.B. Ängste zu bewältigen).

### **Was ist tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie?**

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie sieht Krankheitssymptome als Folge von aktuellen Konflikten in Beziehungen oder von nicht bewältigten Beziehungserfahrungen und Konflikten aus früheren Lebensphasen. Diese Konflikte und Erfahrungen können das spätere Leben bestimmen und psychische Erkrankungen zur Folge haben. Ziel der Behandlung ist es, die zugrundeliegenden unbewussten Motive und Konflikte der aktuellen Symptome zu erkennen und sich mit diesen auseinanderzusetzen. Patientin oder Patient werden in der Psychotherapie dabei unterstützt, durch Einsichten in die Zusammenhänge und Ursachen

der aktuellen Symptome Veränderungen im Erleben oder Verhalten zu erreichen.

## **Wie funktioniert eine Psychotherapie?**

Die psychotherapeutische Behandlung hilft seelisches Leid und seelische Krankheit durch das Gespräch mit einer Therapeutin oder einem Therapeuten mit spezieller Ausbildung zur Behandlung psychischer Erkrankungen zu lindern oder zu bessern. Einzelbehandlungen haben in der Regel eine Dauer von 50 Minuten.

Eine wesentliche Bedingung für das Gelingen jeder Psychotherapie ist eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Patientin oder Patient und Therapeutin oder Therapeut sowie eine Klärung, welches Psychotherapieverfahren den Erwartungen der Patientin oder des Patienten entgegen kommt. Auf dieser Grundlage bietet die Psychotherapie die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen das eigene Erleben und Verhalten sowie Beziehungserfahrungen zu besprechen, zu erleben und zu überdenken und infolge dessen Veränderungen auszuprobieren und herbeizuführen.

## **Wer übernimmt die Kosten für eine Psychotherapie und wie funktioniert das Antragsverfahren?**

Die privaten Krankenversicherungen übernehmen entsprechend der individuellen Vertragslage der einzelnen Patientin oder des einzelnen Patienten die Kosten für die Psychotherapie, zum Teil mit limitierter Stundenzahl pro Jahr, zum Teil im Rahmen des sogenannten Gutachterverfahrens (s.u.).

Dies entnehmen Sie bitte Ihren Vertragsbedingungen.

Psychotherapie ist zudem beihilfefähig. Hier bedarf es vor Beginn der Behandlung mehrerer (maximal 5) Probegespräche, die sogenannten probatorischen Sitzungen. Entscheiden sich die Patientin oder der Patient und Therapeutin oder Therapeut für eine Psychotherapie, stellen sie gemeinsam einen Antrag bei der Krankenversicherung, sofern ein Gutachterverfahren vertraglich vorgesehen ist. Gleiches gilt für die Beihilfe. Sowohl für eine tiefenpsychologisch fundierte Kurzzeittherapie (25 Sitzungen) als auch für eine tiefenpsychologisch fundierte Langzeittherapie (50 bis maximal 100 Sitzungen) schreibt die Therapeutin oder der Therapeut einen Bericht zur Begründung der Notwendigkeit der Psychotherapie. Dieser wird in einem verschlossenen Umschlag an eine externe Gutachterin oder einen externen Gutachter zur Prüfung übermittelt. Nach Eingang des Antrags prüft die Krankenversicherung bzw. auch die Beihilfestelle unter Berücksichtigung der gutachterlichen Stellungnahme, ob eine Kostenzusage erfolgen kann und teilt dies der Patientin oder dem Patienten mit.