

# WAS TUN BEI PSYCHISCHEN BELASTUNGEN? PSYCHOTHERAPEUTISCHE VERSORGUNGSANGEBOTE

EINSTIEG

## PSYCHOTHERAPEUTISCHE SPRECHSTUNDE

### Erstes Gespräch und Abklärung des Behandlungsbedarfs

- › Liegt eine psychische Diagnose vor? Welche?
- › Ist eine Akutbehandlung notwendig?
- › Sind Gespräche in der Gruppe hilfreich?
- › Kann eine Psychotherapie helfen?
- › Sind Präventionskurse, Reha, Tagesklinik oder andere Maßnahmen sinnvoll?

**Hinweis:** Termine können ohne Überweisung vereinbart werden



BEHANDLUNG



## GRUPPENPSYCHOTHERAPEUTISCHE GRUNDVERSORGUNG

- › Kurzfristige Hilfe bei psychischen Belastungen
- › Gruppengespräche zum Ausprobieren, ohne Vorab-Entscheidung für längere Behandlung
- › Klärung, ob eine Gruppenpsychotherapie helfen kann

OHNE GENEHMIGUNG DER KRANKENKASSE



## PSYCHOTHERAPEUTISCHE AKUTBEHANDLUNG

- › Krisenintervention
- › Erste Hilfe bei schweren und akuten Belastungen
- › Kurzfristige Einzelgespräche

OHNE GENEHMIGUNG DER KRANKENKASSE



## PSYCHOTHERAPIE

- › Längere psychotherapeutische Behandlung (Kurz- oder Langzeittherapie)
- › Gespräche in Einzel- oder Gruppenpsychotherapie (Kombination möglich)



**Vorteil von Gruppen** Rückmeldungen der anderen helfen dabei, sich selbst besser zu verstehen und mit Symptomen umzugehen

MIT GENEHMIGUNG DER KRANKENKASSE

### Vor jeder Psychotherapie



**Probesitzungen** Weiteres Kennenlernen & genaue Diagnostik in den „Probatorischen Sitzungen“ – Stimmt die Chemie?



**Körpercheck** Aufsuchen einer Haus- oder Facharztpraxis zum Ausschluss körperlicher Ursachen („Konsiliarbericht“)



**Antrag bei der Krankenkasse**

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten helfen bei der Antragstellung

Videositzungen möglich



### TERMINVEREINBARUNG

- › Direkt über eine Praxis [www.psychotherapiesuche.116117.de](http://www.psychotherapiesuche.116117.de)
- › Über die Terminvermittlung online [www.eterminservice.de](http://www.eterminservice.de) oder telefonisch 116117



Weitere Infos unter:  
[www.116117.de/psychotherapie](http://www.116117.de/psychotherapie)

