

INFORMATIONEN ZU PSYCHOTHERAPIE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Manchmal ergibt sich in Beratungsprozessen, dass hinter den schulischen Schwierigkeiten weitere psychische Problematiken stecken. In diesen Fällen kann es sinnvoll sein, den Beratungsprozess mit der Schulpsychologischen Beratungsstelle zeitgleich oder zeitversetzt mit psychotherapeutischen Angeboten zu ergänzen.

Im Zusammenhang mit Psychotherapie bestehen viele Fragen, vor allem auch, wenn es darum geht, wie man Zugang dazu bekommt.

Hiermit möchten wir Ihnen dazu die wichtigsten Fragen beantworten. Ganz ausführliche Informationen finden Sie in der [Broschüre der Psychotherapeutenkammer \(ptk-nrw.de\)](https://www.ptk-nrw.de).

Was ist Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie?

Psychotherapie kann zum Beispiel bei folgenden Problemen helfen:

- dauerhafte stark ausgeprägte Ängste
- anhaltende Traurigkeit
- Konzentrationsschwierigkeiten
- starke Wut
- Schwierigkeiten mit dem Essverhalten
- selbstverletzendes Verhalten
- Sucht
- körperlichen Beschwerden, bei denen eine psychische Ursache vermutet wird (z. B. ständiges Bauchweh/Kopfweh)
- usw.

Therapieformen

Es gibt verschiedene Therapieformen: (Kognitive) Verhaltenstherapie, Systemische Therapie, Analytische Therapie, tiefenpsychologisch fundierte Therapie. Auf dieser Internetseite erfahren Sie mehr über die unterschiedlichen psychotherapeutischen Richtungen, Methoden und Einsatzgebiete: www.therapie.de/psyche/info/therapie/einleitung

Psychotherapeut*innen

Psychotherapeut*innen sind qualifiziert, psychische Krankheiten zu erkennen und zu behandeln.

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut*innen

haben eine spezielle Ausbildung, welche den Entwicklungsstand sowie die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen in der Behandlung berücksichtigt.



WEGE ZUR PSYCHOTHERAPIE

Für den Kontakt zu Psychotherapeut*innen benötigt man keine Überweisung, sondern kann sich direkt an sie wenden.

1. Psychotherapeutische Sprechstunde

Vor Beginn einer Therapie finden ein oder mehrere Gespräche mit einem*einer Psychotherapeut*in statt, um herauszufinden, ob eine Psychotherapie sinnvoll ist. Dies findet in der Regel in der sogenannten **psychotherapeutischen Sprechstunde** statt.

Termine können direkt mit den Psychotherapeut*innen oder über den [Patientenservice der KVWL](#) (Kassenärztliche Vereinigung Westfalen Lippe) (Tel.: 116 117) vereinbart werden.

2. Telefonieren, telefonieren, telefonieren

Die meisten Psychotherapeut*innen haben lange Wartelisten. Bei der Suche braucht man Geduld und Ausdauer. Außerdem hilft es, auf mehreren Wartelisten zu stehen.

Bei der Suche kann folgende Website hilfreich sein: <https://kompetenznetz-kjp.de>.

3. Kinder- und Jugendpsychiatrie

Manchmal ist es gut, sich zusätzlich stationäre Kinder- und Jugendpsychiatrien oder Tageskliniken (Übernachtung zu Hause) anzusehen. Dies kann eine gute Möglichkeit sein, falls sich herausstellt, dass eine ambulante Therapie nicht intensiv genug ist. Da die Wartezeiten auch hier lang sind, sollte man sich möglichst frühzeitig darum kümmern.

Die Kosten

Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen, wenn der*die Psychotherapeut*in eine staatliche Prüfung (Approbation) abgelegt hat und einen Kassensitz besitzt.

Falls ein Kassensitz nicht vorhanden ist, muss ein besonderer Antrag auf Kostenerstattung bei der Krankenkasse gestellt werden. Der*die Psychotherapeut*in hilft bei der Antragsstellung.

Am besten erkundigen Sie sich im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse bezüglich der Kostenübernahme.

Hinweis: Heilpraktiker*innen für Psychotherapie

Diese dürfen psychotherapeutisch tätig sein, ohne ein akademisches Studium oder eine zusätzliche anerkannte Ausbildung in Psychotherapie nachzuweisen. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten in der Regel nicht.