



# Arbeitspsychologische Praxis

## Gesundheit kann man lernen

Hier ist eine **Schritt-für-Schritt-Anleitung**, wie Sie in Deutschland einen Antrag auf **Kostenerstattung für Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz** bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse stellen können – damit Ihre Chancen auf Bewilligung möglichst hoch sind;



### 1. Therapiebedarf feststellen lassen

- Bitten Sie Ihren **Hausarzt oder Facharzt** (z. B. Psychiater) um eine schriftliche Bestätigung, dass eine Psychotherapie medizinisch notwendig ist.
- Lassen Sie sich ebenso bescheinigen, dass eine **zeitnahe Behandlung erforderlich** ist.



### 2. Kassentherapeuten kontaktieren

- Kontaktieren Sie mindestens **3–5 kassenzugelassene Psychotherapeut:innen** in Ihrer Region.
- Dokumentieren Sie **Datum, Uhrzeit, Name der Praxis** und die **Wartezeit** oder Absage.
- Wartezeiten von **über 3 Monaten** gelten in der Regel als unzumutbar.



### 3. Psychotherapeutische Sprechstunde besuchen

- Vereinbaren Sie einen Termin bei einem kassenzugelassenen Therapeuten für die **psychotherapeutische Sprechstunde**.
- Dort erhalten Sie eine **Empfehlung** für die Art der Therapie und ggf. auch eine Dringlichkeitsbescheinigung.



### 4. Heilpraktiker auswählen

- Suchen Sie sich einen **Heilpraktiker für Psychotherapie** mit passender Qualifikation und Erfahrung.
- Lassen Sie sich ein **Therapiekonzept** und einen **Kostenvoranschlag** geben.



# Arbeitspsychologische Praxis

## Gesundheit kann man lernen



### 5. Antrag an die Krankenkasse stellen

- Formulieren Sie ein **Anschreiben** mit:
  - Begründung, warum eine Behandlung beim Heilpraktiker notwendig ist (lange Wartezeiten, akute Belastung).
  - Hinweis auf die ärztliche Bescheinigung und die dokumentierten Absagen.
  - Beifügung des Kostenvoranschlags.
- **Alle Nachweise** (Absagen, ärztliche Bescheinigung, Sprechstundenprotokoll) beilegen.
- Antrag **vor Beginn der Therapie** einreichen.



### 6. Antwort abwarten

- Die Krankenkasse prüft den Antrag und teilt Ihnen schriftlich mit, ob und in welchem Umfang die Kosten übernommen werden.
- Bei Ablehnung können Sie **innerhalb eines Monats Widerspruch** einlegen.



**Tipp:** Je vollständiger und strukturierter deine Unterlagen sind, desto höher die Erfolgschancen. Es hilft, wenn Sie im Antrag betonen, dass **eine zeitnahe Behandlung medizinisch notwendig ist und keine Alternative im Kassensystem verfügbar** war.

Auf unserer website <https://www.app-psychotherapie-beratung.com/> finden Sie auch ein **Musteranschreiben** für den Antrag auf Kostenerstattung einer Psychotherapie bei einem Heilpraktiker für Psychotherapie nach § 13 Abs. 3 SGB V.

Sie können es einfach mit Ihren persönlichen Daten ergänzen und an Ihre Krankenkasse schicken.