

Psychotherapeut

Depressionen, Ängste, Zwangserkrankungen – der Psychotherapeut diagnostiziert und behandelt **seelische Erkrankungen**. Um diese verantwortungsvolle Aufgabe erfüllen zu können, hat er einen wahren Ausbildungsmarathon hinter sich.



© alexsokolov / iStock / Thinkstock

Psychologen handeln, sondern auch um einen Arzt mit der erforderlichen Zusatzausbildung. So ausgebildete Mediziner werden als **ärztliche Psychotherapeuten** bezeichnet.

Ein **Psychiater** ist ein Facharzt für Psychiatrie. Er beschäftigt sich mit der medizinischen Diagnose, Behandlung und Erforschung von psychischen Störungen. Eine wichtige Aufgabe des Psychiaters ist die Verordnung geeigneter Medikamente (Psychopharmaka). In neueren Facharztausbildungen für Psychiatrie ist die Psychotherapie bereits Teil der Ausbildung. Die Berufsbezeichnung lautet dann: **Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie**. Mit der Behandlung psychischer Störungen im Kindes- und Jugendalter beschäftigt sich der **Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut**.

Psychotherapeut, Psychologe, Psychiater – diese Begriffe werden häufig synonym verwendet oder verwechselt. Fakt ist jedoch, dass es sich dabei um recht unterschiedliche Ausbildungen und Berufe handelt. Die Gemeinsamkeit: Alle beschäftigen sich mit der menschlichen „Seele“, der Psyche. Die wichtigsten Unterschiede: Ein **Psychologe** ist ein Hochschulabsolvent, der Psychologie

studiert hat. Nach erfolgreichem Abschluss des Studiums hat der Psychologe die Möglichkeit, eine mindestens dreijährige psychotherapeutische Ausbildung zu absolvieren und sich so zum **psychologischen Psychotherapeuten** zu qualifizieren. Ähnlich wie ein Arzt oder Apotheker braucht der psychologische Psychotherapeut eine staatliche Zulassung. Die Approbation ist Voraussetzung, um als Psychotherapeut

praktizieren, sprich seelische Erkrankungen diagnostizieren und behandeln zu dürfen. Haben psychologische Psychotherapeuten eine Kassenzulassung, können sie anerkannte Behandlungsverfahren (bsw. eine Verhaltenstherapie) mit den Krankenkassen abrechnen. Für den Patienten ist die Therapie dann kostenlos. Bei einem Psychotherapeuten kann es sich nicht nur um einen entsprechend qualifizierten

Wenn die Seele leidet Die Aufgabe des Psychotherapeuten besteht darin, seelische Erkrankungen und psychische Störungen mit Methoden der Psychotherapie zu diagnostizieren und zu behandeln. Patienten mit unterschiedlichen Erkrankungen können die Hilfe des Psychotherapeuten in Anspruch nehmen. Zum Behandlungsspektrum gehören zum Beispiel Depressionen, Ängste wie Phobien oder Panikattacken,

Zwangserkrankungen, Essstörungen, Suchterkrankungen oder Persönlichkeitsstörungen. Begleitend können psychotherapeutische Behandlungen auch bei körperlichen Erkrankungen eingesetzt werden, etwa bei starken Schmerzzuständen, neurologischen Störungen oder schwerwiegenden Krankheiten wie Krebs. So finden Krebspatienten beispielsweise Hilfe in psychotherapeutischen Praxen mit psychoonkologischem Schwerpunkt.

Verlernen lernen Die Psychotherapie kennt viele Behandlungsmethoden. Zu den bekanntesten gehört die Verhaltenstherapie, die unter anderem bei Depressionen, Ängsten und Zwangserkrankungen erfolgreich eingesetzt wird. Im Gegensatz zur – ebenfalls etablier-

ten – Psychoanalyse setzt die Verhaltenstherapie nicht in der Vergangenheit, also in der Kindheit an, sondern ist darauf ausgerichtet, das gegenwärtige Verhalten des Patienten zu untersuchen und zu korrigieren. Kerngedanke der Verhaltenstherapie: Problematische Verhalten wurden erlernt und können deshalb auch wieder „verlernt“ und durch angemessene Verhaltensmuster ersetzt werden. Bekannte Verfahren der Verhaltenstherapie, die der Psychotherapeut einsetzen kann, sind die Konfrontations- und die kognitive Verhaltenstherapie. Welches Therapiekonzept im Einzelfall sinnvoll und erfolgversprechend ist, hängt von Art und Ausmaß der Erkrankung ab, aber auch von individuellen Faktoren.

Chemie muss stimmen

Wichtig zu wissen: Eine Behandlung beim Psychotherapeuten „wirkt“ nicht von heute auf morgen. Vielmehr ist sie in der Regel längerfristig angelegt. Viele Patienten suchen ihren Therapeuten über viele Monate oder sogar Jahre hinweg auf, um ihre seelische Krankheit zu überwinden oder zu lernen, besser mit ihr zu leben. In der Praxis finden die psychotherapeutischen Sitzungen oft wöchentlich statt und dauern etwa fünfzig Minuten. Sehr wichtig ist es für den Behandlungserfolg, dass der Psychotherapeut neben Fachkompetenz auch Fingerspitzengefühl und viel Empathie besitzt. Und: Natürlich muss die Chemie zwischen Patient und Therapeut stimmen, damit sich das für die Therapie erforderliche Vertrauens-

verhältnis aufbauen kann. Um herauszufinden, ob man „zusammen passt“, sind meist mehrere Gespräche erforderlich. Diese Erstgespräche werden als probatorische Sitzungen bezeichnet.

Während der Psychotherapeut bei vielen behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankungen direkt mit der Krankenkasse abrechnet, gibt es auch Behandlungsangebote, die Patienten selbst bezahlen müssen. Dazu gehören zum Beispiel Ehe- und Lebensberatung bei einem Psychotherapeuten. ■

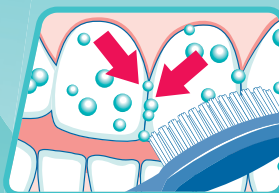
Andrea Neuen-Biesold,
Freie Journalistin

Anzeige

Exklusive nachhaltige Komplettpflege für Zähne und Zahnfleisch

MEDIZINISCHE ZAHNCREME MIT NATUR-PERL-SYSTEM

- ✓ optimale Reinigung bei minimaler Abrasion (RDA 32)
- ✓ 3x täglich anwendbar
- ✓ Doppel-Fluorid-System (1.450 ppmF)
- ✓ Xylitol für mehr Plaquehemmung



Das Perl-System:

Kleine, weiche, zu 100 % biologisch abbaubare Perlen rollen Beläge einfach weg – effektiv aber sehr schonend.



Besuchen Sie uns auf der expopharm
Halle B4, Stand F12 „Schloßallee“
Lassen Sie sich überraschen!



Dr. Liebe Nachf. GmbH & Co. KG
D-70746 Leinfelden-Echt. · Tel. 0711 75 85 779-11
service@pearls-dents.de