

Der namenlose Beruf Teil II

31.12.2007 / 23.02.2010

Nach einem Artikel von [Anne Lindenberg](#)

[Psychotherapie](#) nach dem [Heilpraktikergesetz](#): Für wen?

Mit Checkliste!

(Um den Lesefluss nicht zu beeinträchtigen, wurde hauptsächlich die männliche Form gewählt. Ich bitte Sie, liebe Leserin, dafür herzlich um Verständnis!)

In der Öffentlichkeit, zum Beispiel in den Medien, hört man kaum etwas von diesem Beruf. Doch dank persönlicher Empfehlungen suchen viele Menschen Hilfe und Begleitung bei Fachleuten, die Psychotherapie ausüben, ohne sich Psychotherapeuten nennen zu dürfen und die eine Heilpraktikerzulassung besitzen, ohne Spritzen setzen oder Rezepte ausstellen zu dürfen.

Die Ratsuchenden zahlen meistens selbst, und da kann es sich, wenn beispielsweise zwei Jahre lang eine Sitzung wöchentlich genommen wird, um erhebliche Summen handeln. Was ist das für ein eigenartiger Berufsstand, der manchmal auch "kleiner Heilpraktiker" genannt wird, deren Angehörige sich aber manchen Gesundheitsämtern zufolge wiederum nicht 'Heilpraktiker' nennen dürfen?

Und welche Art Menschen sucht hier Rat und Hilfe für ihre Lebensbewältigungsprobleme?

Beispiel 1: Der späte Kinderwunsch

Frau Huber, 41, sucht die Praxis von Frau Mayer auf, weil sie vor der Entscheidung steht: "Jetzt ein Kind? Oder ganz auf Kinder verzichten?" Sie ist als Rechtsanwältin selbständig, die Ehe hat so ihre Auf's und Abs und steht im Moment mal wieder kurz vor der Trennung. Das heißt aber nichts, das stand sie schön des Öfteren. Bisher stand Nachwuchs irgendwie nicht zur Diskussion. Seit einigen Monaten allerdings schrillt ihre biologische Uhr unüberhörbar. Jetzt oder nie! Aber ob überhaupt?

Frau Huber ist durcheinander: Ist es nicht sowieso schon zu spät? Kann ich einem Kind so alte Eltern zumuten? Wenn, dann will ich auch die ersten drei Jahre für mein Kind da sein. Aber bin ich bereit, meine Kanzlei so lange auf Eis zu legen? Und wenn die Partnerschaft nicht hält? Bin ich bereit, das Kind auch allein aufzuziehen?

Mit ihren Zweifeln, Argumenten und Gegenargumenten kommt sie allein nicht weiter. Deswegen hat sie sich nach guten [Therapeuten](#) umgehört. "Ich fühle mich nicht krank und nicht gestört. Ich habe einfach eine Lebensentscheidung zu treffen und brauche dafür den Austausch mit einem neutralen, wohlwollenden Menschen, der mit mir auch die Hintergründe beleuchtet, wie ich mich in so eine Situation hineinmanövriere habe und wie ich zu einer Lösung komme, die sich wirklich richtig anfühlt. Aber zu einem Kassentherapeuten würde ich dafür nicht gehen, denn, wie gesagt, ich bin ja nicht krank."

Beispiel 2: Der Chef - ein Lebensthema

Herr Neumann meldet sich zum Erstgespräch in der Praxis von Frau Mayer an. "Sie bieten auch berufliches [Coaching](#) an, hat mir ein Kollege erzählt. Der hat einen Freund, der sehr zufrieden mit Ihnen war. Ich komme zu Ihnen, weil ich mit meinem Chef einfach nicht klarkomme. Der ist autoritär, ungerecht und jähzornig. Ich komme mir vor wie der Spielball für seine Launen. Jetzt möchte ich einerseits Strategien erarbeiten, wie ich mit meinem Chef umgehen kann, oder herausfinden, ob eine andere Arbeitsstelle besser ist für mich. Und weil mich ein Freund, der mich schon sehr lange kennt, darauf hingewiesen hat, dass mir das irgendwie mit fast allen bisherigen Chefs so ging, möchte ich herausfinden, wie ich innen 'gestrickt' bin, dass ich mir unwillkürlich immer so einen Chef suche. Sollte ich die Arbeitsstelle wechseln, soll mir das nicht wieder passieren."

Beispiel 3: Mäuschen oder Sängerin?

Frau Müller, 35, ist seit zehn Jahren Sachbearbeiterin in einem Verlag. "Der Job ist nicht schlecht. Aber so über die Jahre taucht mein ursprünglicher Berufswunsch, nämlich das Singen, immer stärker auf. Als Kind habe ich sehr schön gesungen und hatte auch Unterricht darin. Aber in der Pubertät hat mich irgendwie jede Selbstsicherheit verlassen und ich bin zu einem schüchternen Mäuschen geworden. Bei dem Gedanken, vor Publikum zu singen, fange ich an zu zittern und falle fast in Ohnmacht. Um das Thema habe ich mich mit meiner jetzigen Arbeitsstelle gut herumgedrückt. Aber so geht es nun auch nicht weiter. Ich will endlich wissen, woher diese Angst kommt und frei werden, wieder Gesangsunterricht zu nehmen und auch auftreten zu können."

Diese drei Menschen haben gemeinsam, dass sie sich weder krank noch "gestört" fühlen. Sie brauchen nach eigener Einschätzung keine Psychotherapie, die von der Kasse nur erstattet wird, wenn eine Diagnose mit Krankheitswert gestellt wird.

Sie wünschen sich zügige Fortschritte, handfeste Maßnahmen, sind bereit, die unbewusste Dynamik ihrer Situation zu erforschen und sie wollen als gleichberechtigte Partner mit ihrem Therapeuten arbeiten.

Außerdem wollen sie die Wahl unter Methoden haben, die nicht im Leistungskatalog der Krankenkassen stehen. Diese erstatten nur [Psychoanalyse](#), tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie und [Verhaltenstherapie](#).

Es gibt jedoch Hunderte von psychotherapeutischen Ansätzen und Methoden, und davon sind etliche seit Jahrzehnten bewährt und etabliert, zum Beispiel:

Gesprächspsychotherapie, [Körperpsychotherapie](#), [Systemische Therapie](#), [Maltherapie](#), [Tanztherapie](#), Hypnotherapie, [Logotherapie](#) (Sinnfindungstherapie). Dazu kommen unzählige Coaching-Systeme.

Selbstzahler sind naturgemäß anspruchsvoll. Sie engagieren sich in jeder Sitzung und erwarten das auch vom Therapeuten. Sie zielen zügige und dauerhafte Fortschritte an.

Und wie wird man nun ein Heilpraktiker für Psychotherapie?

Wer die amtliche Heilerlaubnis für Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz anzielt, wählt die Methode(n), in denen er sich ausbilden läßt, sehr bewusst. Er bringt hohes Engagement auf, denn die Ausbildungen muss er selbst bezahlen und in seiner Freizeit absolvieren.

Die Überprüfung stellt ganz eigene Anforderungen:

Der Kandidat muss nachweisen, dass er keine Gefahr für die Volksgesundheit ist. Dafür

muss er die Psychopathologie, also die Lehre der psychischen Erkrankungen, bis ins Detail beherrschen, auf dem gleichen Niveau wie die ärztlichen Anwärter für den Facharzt für Psychiatrie. Die Diagnostik muss ebenso sicher beherrscht werden wie die genaue Abgrenzung, mit welchen Störungen der Heilpraktiker für Psychotherapie alleinverantwortlich arbeiten darf und mit welchen nicht. Zum Beispiel muss er Hilfesuchende mit Körpersymptomen erst einmal zur Abklärung zum Arzt weiter verweisen. Alle Anzeichen für Selbst- und Fremdgefährdung, wie Sucht, mögliche Gewalttätigkeit, Suizialität muss er erkennen oder erfragen und ebenfalls weiter verweisen. Er darf also keine Menschen allein behandeln, bei denen klinische oder ärztliche Betreuung oder behördliches Eingreifen angezeigt ist. Und wer die Hürde der Prüfung gemeistert hat, steht vor der Aufgabe, so gut zu arbeiten, dass die Praxis einen tragenden guten Ruf bekommt.

In den Ballungsgebieten ist das Angebot an alternativer, heilkundlicher Psychotherapie und den Nachbargebieten wie Beratung und Coaching, groß und vielfältig. Hier muss der Neuling sich mit speziellen Angeboten und sehr guter, effektiver Arbeit profilieren, um eine Existenz aufzubauen.

In den ländlichen Gebieten gibt es dagegen eine verbreitete Unterversorgung schon an etablierter Psychotherapie. Leidtragende sind besonders die Kinder, die oft unzumutbar lange Wartezeiten über sich ergehen lassen müssen, bevor sie und ihre Familie Hilfe bekommen.

So schrieb das Ärzteblatt im Dezember 2004:

„Sehr lange Wartezeiten meldeten die KVen Bayerns, Pfalz, Südbaden, Südwürttemberg, Trier sowie die ostdeutschen KVen. Auffällig bei der KV Bayerns ist das große Stadt-Land-Gefälle in der Versorgung: acht bis zwölf Wochen Wartezeit im Raum München, bis eineinhalb Jahre in ländlichen Gebieten.“

Quelle:

<http://www.aerzteblatt.de/v4/archiv/artikel.asp?src=heft&id=44722>

In einem Artikel im Psychotherapie Forum (2007) schreibt Ulrich Sollmann:

„Im Bereich [Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie](#)

wird sogar im November 2006 noch von einer dramatischen Unterversorgung, vor allem in kinderreichen Bezirken und sozialen Brennpunkten gesprochen.

Freie Behandlungsplätze seien Mangelware und es würde auch zu einer sozialen Auslese insoweit kommen, als bestimmte Störungen mit ungünstiger Behandlungsprognose 'ausgesondert werden'.

Außerdem kommt es zu einer Fehlversorgung insoweit, als zahlreiche Kinder statt mit Psychotherapie mit [Ergotherapie](#) behandelt werden.“

Quelle:

<http://www.bbpp.de/pdf-dateien/Sollmann-Struktureller%20Mi%DFbrauch.pdf>

Hier kommt den Heilpraktikern für Psychotherapie eine wichtige Aufgabe zu, zum Beispiel die unterstützende Begleitung von Familien, bis das Kind einen Therapieplatz hat.

Wie jede Medaille hat auch diese eine Kehrseite:

Die Ausbildungen und praktischen Erfahrungen der Heilpraktiker für Psychotherapie sind sehr uneinheitlich. Es gibt die erfahrenen und ebenso vielseitig wie gründlich

ausgebildeten Können ebenso wie solche, die neu und / oder ungenügend ausgebildet sind.

Ihre Checkliste:

Damit Sie frühzeitig und im Lauf der Therapie einschätzen können, ob Sie in guten und fachkundigen Händen sind, kommt hier eine Checkliste, die Ihnen im Erstgespräch, in den Probesitzungen und auch später noch Hilfestellung geben kann:

- Ein seriöser Heilpraktiker für Psychotherapie bietet ein unverbindliches Erstgespräch an und drei bis fünf Probesitzungen, bevor Sie sich entscheiden, bei diesem Therapeuten zu arbeiten.
- Der wichtigste Tipp: Fragen Sie! Zu allen Punkten, die Sie interessieren oder in denen Sie sich unsicher sind, sollten Sie unbedingt den Mut aufbringen, genau nachzufragen. Rechnen Sie für das Erstgespräch etwa die Hälfte der Zeit, um Ihr Anliegen zu schildern und Ihrem Therapeuten Gelegenheit zu geben, Sie zu befragen, und die andere Hälfte für eigene Fragen. Behalten Sie sich vor, dass Ihnen nicht alle wichtigen Fragen gleich einfallen und fragen Sie, ob Sie auch später noch Fragen einbringen können. Ein seriöser Therapeut beantwortet Ihre Fragen spürbar gern und informativ, auch persönliche und kritisch hinterfragende. Eventuelle Befürchtungen und Skepsis von Ihnen nimmt er ernst und gibt dazu ehrliche Antworten. Kommen Sie beispielsweise mit einem Anliegen, das Ihre Kinder betrifft? Dann könnte es für Sie wichtig sein, ob er eigene Kinder hat oder spezielle Erfahrungen / Ausbildungen in der Arbeit mit Kindern und welche. Kommen Sie, weil Sie sich in einem Glaubensumbruch befinden? Dann könnte es sehr wichtig für Sie sein, die religiöse Ausrichtung des Therapeuten zu erfragen. Seine Kompetenz und Erfahrung im Hinblick auf Ihr Anliegen sollte er Ihnen nachvollziehbar vermitteln können. Übrigens: Ein Therapeut, der zugibt, speziell mit Ihrer Problematik noch nicht viel Erfahrung zu haben und Ihnen anbietet, Ihnen kompetente Kollegen zu nennen, ist eindeutig seriös. Und wenn Sie ihn spontan sympathisch und vertrauenswürdig finden, lohnt es sich vielleicht, mit ihm zusammen einen problemlösenden Weg zu finden!
- Er informiert Sie, am besten auch anhand einer schriftlichen Unterlage - Klienten-Info, Praxisbroschüre oder ähnlichem, die er mit Ihnen durchgeht, über die Art der Arbeit bei ihm, Dauer und Kosten einer Sitzung und wie die Dauer der Therapie und die Häufigkeit der Sitzungen vereinbart werden. Für das Beenden oder den Abbruch der Therapie gibt es klare Regeln. Er schließt eine schriftliche Vereinbarung mit Ihnen (Therapievertrag) und verhandelt eventuelle Sonderwünsche von Ihrer Seite auf sachlich-wohlwollende Art mit Ihnen. Er behandelt Sie als erwachsenen, gleichberechtigten Vertragspartner.
- Er informiert Sie von sich aus über die Risiken und Folgen, die die Therapie für Sie haben kann. Beispielsweise werden Sie sich ändern (darum kommen Sie ja) und Höhen und Tiefen erleben. Das fordert von Ihrem menschlichen Umfeld, privat wie beruflich, auch eine Neuorientierung in Bezug auf Sie. Ihre menschlichen Bezüge können sich also verändern und auch krisenhaft werden, wenn zum Beispiel der Partner sich weigert, Ihre persönliche Entwicklung zu akzeptieren. (Solche Risiken bringt natürlich jede Veränderungsarbeit mit sich, ob Coaching, heilkundliche oder etablierte Psychotherapie).
- Er informiert Sie von sich aus über die Möglichkeit, wo Sie sich beschweren können, falls Sie sich falsch oder schadenbringend behandelt fühlen. Auf der sicheren Seite sind Sie, wenn Ihr Therapeut Fachmitglied eines Berufsverbandes ist, der Ethikrichtlinien und eine Ethikkommission beziehungsweise Beschwerdestelle hat.

- Prüfen Sie, ob Sie sich im Erstgespräch gut aufgehoben fühlen, ernst genommen und vertrauensbereit. Ein unsicherer Therapeut, der versucht, sicher zu wirken, verunsichert auch den Klienten. Ist der Therapeut zu einem Gesprächspunkt unsicher und spricht das an, vermittelt er paradoxerweise Sicherheit und Orientierung. Erwarten Sie also nicht, dass Ihr Therapeut ein Übermensch ist, sondern eher im Gegenteil "mehr Mensch", der mit seinen Schwächen und Eigenheiten sowie mit Differenzen und Konflikten offen und konstruktiv umgehen kann.
- Der Therapeut sollte Ihnen helfen, Ihr Therapieziel zu klären und zu formulieren. In regelmäßigen Abständen sollten Sie beide reflektieren, ob Sie sich dem Ziel deutlich nähern oder ob sich vielleicht das Ziel geändert hat.
- Machen Sie sich klar, dass es auch an Ihnen liegt, Ihren Therapeuten erfolgreich zu machen. Sind Sie nach einer Sitzung unzufrieden und beklagen sich nur bei Freunden, hat Ihr Therapeut keine Chance, seine und Ihre Reaktionen in die Arbeit mit einzubeziehen. Nutzen Sie also die Probesitzungen, um zu prüfen, ob Sie sich diesem Therapeuten wirklich anvertrauen können, auch was Kritik an seiner Person betrifft. Hält er sie aus?
- Nach etwa sechs, sieben Sitzungen sollte bei Ihnen deutlich etwas in Bewegung kommen. Falls nicht, sollte Ihr Therapeut das ansprechen und mit Ihnen zusammen thematisieren.
- Der Therapeut sollte Ihnen von sich aus sagen, dass er regelmäßig in [Supervision](#) geht (Diese stellt eine Qualitätskontrolle für die Arbeit des Therapeuten mit Ihnen dar!) und dort bei Bedarf auch die Arbeit mit Ihnen einbringen wird, und Sie fragen, ob Sie damit einverstanden sind, dass er dafür eine Ausnahme mit der Schweigepflicht macht (Supervisoren und eventuelle Kollegen als Mit-Supervisanden unterliegen ebenfalls der Schweigepflicht!)
- Für den Krisenfall sollte Ihr Therapeut Ihnen klare Regeln für seine Erreichbarkeit nennen und mit Ihnen ein soziales Netzwerk erarbeiten, das Sie auffangen kann.
- Ein Therapeut ist kein Freund! Ist er einerseits offen genug, um beispielhafte Anekdoten aus seinem eigenen Leben zu erzählen, die Ihnen vielleicht etwas verdeutlichen können? Das kann sehr hilfreich sein! Wenn er aber Ihre Zeit benutzt, um sich selbst zu entlasten und Ihnen etwas vorjammert, so dass Sie sich fragen, wer hier der Therapeut ist: Das ist nicht o.k.! Es sei denn natürlich, es sei ein Rollenspiel; dann sollten Sie das aber auch wissen.
- Ein seriöser Therapeut gibt auf Nachfrage präzise Auskunft über seine spirituelle Ausrichtung. Er wird diese aber keinem Klienten aufnötigen, weder direkt noch subtil, sondern sich dafür engagieren, dass sein Klient seinen ganz eigenen Weg, innerlich wie äußerlich, gehen kann.

Hier die Vorteile und die Nachteile der alternativen, freien Psychotherapie im Vergleich:

Vorteile der alternativen, freien Psychotherapie

Vorteil 1.

Freie Methoden- und Therapeutenauswahl

Vorteil 2.

Oft auch in Kombination mit Coaching, Beratung, Kommunikations- und Konfliktlösungstraining sowie Prävention beim selben Anbieter möglich

Vorteil 3.

Freie Vereinbarung von Klient und Therapeut über Kosten, Dauer und Inhalt der Behandlung

Vorteil 4.

Arbeit mit Unzufriedenheiten, Lebensumbrüchen, Entscheidungssituationen, Veränderungswünschen. Wachstumsbegleitung.

Vorteil 5.

Die Chance, recht bald oder sofort einen Platz und regelmäßige Termine bei der oder dem Therapeutin / Therapeuten seiner Wahl zu bekommen, ist im Vergleich zu Kassenpsychotherapie sehr hoch

Vorteil 6.

Freie, alternative Therapeuten sind von dem enormen Verwaltungsaufwand, wie ihn Kassentherapeuten leisten müssen, weitgehend verschont. Sie können also ihre ganze Kraft für die Klienten einbringen.

Vorteil 7.

Absolute Schweigepflicht gegenüber Dritten in Bezug darauf, dass überhaupt Psychotherapie in Anspruch genommen wird; bis auf sehr seltene, gesetzlich geregelte Fälle, zum Beispiel in Gerichtsverhandlungen.

Warum ist das so wichtig? Hier die Erklärung:

Im Gegensatz zu privat bezahlten Sitzungen erfährt bei der kassenerstatteten Psychotherapie natürlich der Sachbearbeiter davon. Bei Krankenkassenwechsel wird der Eintritts-Anwärter oft nach erfolgter Psychotherapie gefragt - und bei positiver Auskunft manchmal abgelehnt! Ebenso ist leider nicht ganz 100 prozentig auszuschließen, dass sich ein potentieller neuer Arbeitgeber bei der Krankenkasse erkundigt, eine Auskunft bekommt und Bewerber mit Psychotherapieerstattung in der Vergangenheit ablehnt! Das ist auch verständlich, denn die Krankenkassen erstatten Psychotherapie nur bei Diagnosen mit Krankheitswert, also etwa bei Suizidgefahr, schweren Krisen, drohendem Verlust der Arbeitsfähigkeit, Depressionen, Psychosen oder schwerer Sucht.

Die Schweigepflicht wird zum Jahr 2008 noch weiter aufgeweicht, denn auch Ärzte und Psychotherapeuten sind nicht von den Abhörgeetzen in Bezug auf Telefonate und Email-Verkehr ausgenommen, was eigentlich unfassbar ist!

Nachteile der freien alternativen Psychotherapie

Nachteil 1. Ausbildungsniveau

Der Ausbildungs-, Erfahrungs- und Wissensstand ist sehr uneinheitlich. Bei der Suche nach dem passenden Therapeuten werden Sie recherchieren und fragen müssen. Sympathie und Vertrauen entscheidet. Die Selbstverantwortlichkeit des Klienten ist gefordert, angefangen bei der Entscheidung für einen Therapeuten und durchgehend für die ganze Therapie.

Nachteil 2. Die Kosten

müssen gut kalkuliert werden. Viele freie alternative Therapeuten ermöglichen die Regulation der Finanzierung dadurch, dass die Klienten bestimmen können, wie häufig sie Sitzungen nehmen, also beispielsweise wöchentlich, zweiwöchentlich, einmal monatlich...

Ein Tipp noch: Wählen Sie möglichst Ihren zukünftigen Therapeuten nicht in erster Linie nach seinem Sitzungshonorar aus (etwa nach dem Motto: "Hier spare ich fünf Euro pro Sitzung"). Die Honorarkalkulation eines Therapeuten ist von sehr vielen Faktoren abhängig:

- Wieviele Ausbildungen hat er finanziert?
- Wie hoch sind die regionalen Lebenshaltungskosten und die Mieten für einen Praxisraum?
- Wie gut ist er versichert? (Für Sie ist es von Vorteil, wenn er eine gute Berufshaftpflichtversicherung hat)
- Wieviele Berufsjahre und damit Kompetenz stellt er zur Verfügung?
- Hat er noch eine andere Tätigkeit, die "das tägliche Brot" absichert oder ist er ein Therapie-Vollprofi?
- Wie regelmäßig nimmt er Supervision in Anspruch, die ja auch Kosten verursacht?
- Wie regelmäßig bildet sich der Therapeut fort?
- Gehört er einem Berufsverband an, der auch eine Beschwerdestelle hat?
- Wie erreichbar ist er? Wo überall muss er mit Einträgen im Internet vertreten sein, damit Klienten ihn finden?

Ein wirklich guter Therapeut hat also, wie Sie sehen, enorme laufende Kosten, um seine Therapiequalität zu halten und weiter zu verbessern.

Fazit:

Die freie alternative Psychotherapie füllt die große Lücke zwischen etablierter, krankenkassenetablierter Psychotherapie für deutliche bis schwere psychische Störungen einerseits und dem dschungelartigen Angebot aus der bunten Palette der Lebensbewältigungshilfe, der Beratung und dem Coaching.

Sie ist für Menschen interessant und wichtig, die nicht als kranke Patienten, sondern als gleichberechtigte Partner ihre Probleme angehen und meistern möchten und die bereit sind, die Verantwortung für ihre Fortschritte mit zu übernehmen und sich dafür zu engagieren.

Für Menschen, die die Häufigkeit der Sitzungen und die Dauer der Therapie selbst gestalten möchten.

Die bereit sind, für den absoluten Schutz der Schweigepflicht und eine effektive Arbeit und zügige Fortschritte selbst zu bezahlen.

Und die unter vielen Verfahren, Methoden und Ansätzen wählen können möchten, vielleicht sogar einen Therapeuten suchen, der viele Therapiewerkzeuge bereit hält, unter denen er das jeweils geeignete für die aktuelle Therapiesituation auswählen kann.

Anne Lindenberg ist eine der Initiatorinnen des BVP (HPG*) e.V. (www.bvp-hpg.de) und Gründungs-Fachmitglied.

Von 1998 bis 2005 war sie als 2. Vorsitzende in der Vorstandsarbeit tätig.

*Heilpraktikergesetz