

Carepaket - Wege zur Psychotherapie



Wann brauche ich
Psychotherapie?



Der Weg zur Psychotherapie beginnt immer mit der Frage: **Wann braucht man Psychotherapie?** Psychotherapie kann bei einer großen Menge psychischer Problemen helfen, z. B. wenn du unter Depression, sozialen Ängsten und Selbstunsicherheit leidest oder einfach merkst, dass dich bestimmte Gedanken und Gefühle belasten. Auch bei spezifischen Themen wie Essstörungen oder traumatischen Erlebnissen kann Psychotherapie unterstützen. Sie bietet Raum, das Erlebte in eigenem Tempo zu verstehen und zu verarbeiten. Wenn du über eine Psychotherapie nachdenkst, erhältst du hier einen Überblick über deine Möglichkeiten und den Weg dorthin.

Wichtige Fragen vor Start der Therapie:

1

Kostenfrage:

Wenn du gesetzlich versichert bist, übernimmt die Krankenkasse in der Regel die Kosten für eine Psychotherapie im Rahmen der Richtlinienverfahren. Private Versicherungen haben eigene Regelungen. Paartherapie musst du selbst bezahlen. In bestimmten Fällen ist auch eine Kostenerstattung für Therapien außerhalb der Regelversorgung möglich – abhängig von deiner Krankenkasse.

2

Verschiedene Therapieformen:

Es gibt verschiedene Formen der Psychotherapie. Zu den anerkannten Richtlinienverfahren die von der Krankenkasse bezahlt werden zählen Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Psychoanalyse und systemische Therapie. Sie dürfen nur von approbierten Fachpersonen durchgeführt werden. Für Kinder und Jugendliche gibt es speziell ausgebildete Therapeut:innen, die oft spielerisch arbeiten und Bezugspersonen einbeziehen.

Richtlinienverfahren

Verhaltenstherapie

sieht psychische Beschwerden als Ergebnis von Lernprozessen und fördert aktiv Veränderungen in Denken und Verhalten. Häufig eingesetzt bei Angststörungen, Zwangsstörungen, Depressionen sowie z. B. Essstörungen

Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

fokussiert auf unbewusste Konflikte aus aktuellen und früheren Beziehungen, die Symptome beeinflussen. Typisch bei Depressionen, Anpassungsstörungen und Beziehungskonflikten.



Psychoanalyse

arbeitet intensiver und langfristiger an unbewussten, oft frühkindlichen Konflikten und Beziehungsmustern. Häufig bei Persönlichkeitsstörungen, chronischen psychischen Problemen und komplexen Beziehungsdynamiken.

Systemische Therapie

betrachtet Störungen im Kontext von Beziehungen und sozialen Systemen und bezieht oft Angehörige ein. Besonders geeignet bei familiären Konflikten, Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen sowie Paar- und Erziehungsproblemen.



Verschiedene Berufsgruppen:

Psychotherapeut:innen (psychologisch & ärztlich)

Fachpersonen mit staatlicher Zulassung (Approbation), die psychische Erkrankungen diagnostizieren und behandeln.

- Psychologische Psychotherapeut:innen: Haben Psychologie studiert und eine zusätzliche mehrjährige Therapieausbildung abgeschlossen.
- Ärztliche Psychotherapeut:innen: Sind Mediziner:innen mit Facharztausbildung und psychotherapeutischer Zusatzqualifikation.

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut:innen

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut:innen: Für junge Menschen bis 21 Jahre; arbeiten oft spielerisch und beziehen Eltern aktiv ein.

- Heute erfolgt die Ausbildung über ein Studium der Psychotherapie mit Approbation und anschließender Weiterbildung. Früher war dies ebenfalls über ein Pädagogikstudium möglich.

Psychiater:innen

Fachärzt:innen für psychische Erkrankungen.

- ➔ Stellen Diagnosen, behandeln medizinisch und können Medikamente verschreiben. Oft arbeiten sie ergänzend zur Psychotherapie.



Neurolog:innen

Fachärzt:innen für Erkrankungen des Nervensystems (z. B. Gehirn, Rückenmark, Nerven und Muskulatur).

- ➔ Behandeln vor allem körperliche Ursachen, weniger seelische Erkrankungen.

Coaches

Begleiten Menschen bei persönlichen oder beruflichen Zielen, z. B. Stressmanagement, Karriere oder Entscheidungsfindung.

- ➔ Ohne Behandlung von psychischen Erkrankungen.
- ➔ Coaches in Deutschland arbeiten im Wesentlichen ohne staatliche Zulassung, da der Begriff nicht gesetzlich geschützt ist.



Heilpraktiker:innen (für Psychotherapie)

Personen mit staatlicher Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde ohne ärztliche Approbation.

- ➔ Voraussetzungen: Hauptschulabschluss, Alter 24 Jahre und Bestehen einer amtsärztlichen Überprüfung beim Gesundheitsamt, die medizinische Grundkenntnisse sowie das Wissen über Grenzen der eigenen Tätigkeit und den sicheren Umgang mit Patient:innen voraussetzt.
- ➔ Dürfen psychotherapeutisch arbeiten, jedoch mit deutlich kürzerer und weniger streng geregelter Ausbildung als approbierte Psychotherapeut:innen. Die Kosten werden meist nicht von gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Die Suche nach einem Therapieplatz:

Um einen passenden Psychotherapieplatz zu finden, gehe Schritt für Schritt vor:

1

Informieren und Auswählen:

- Psychotherapeutische Verfahren kennenlernen
- Die eigenen Problemgebiete verstehen
- Eine Liste von geeigneten Therapeut:innen zusammenstellen

2

Praxen kontaktieren:

- Telefoniere deine persönliche Liste von Wunsch-Therapeut:innen durch oder kontaktiere sie per Mail
- Lass dich auf Wartelisten setzen

3

Psychotherapeutische Sprechstunde wahrnehmen:

- Einen Termin kannst du über die 116 117 oder auch online bekommen.
- Nach dieser können die niedergelassene Psychotherapeut:innen mit Kassenzulassung eine Notwendigkeitsbescheinigung ausstellen.

4

Wartezeiten dokumentieren:

- Therapie in einer Privatpraxis kann unter bestimmten Voraussetzungen von der Krankenkasse übernommen werden
- Informiere dich bei deiner Krankenkasse über die Voraussetzungen zu einem Kostenerstattungsverfahren
- Dazu gehört meistens so etwas wie die Absagen und Wartezeiten bei kassenzugelassenen Psychotherapeut:innen zu dokumentieren

Der Weg zur Psychotherapie kann Zeit brauchen, doch jeder Schritt lohnt sich, um sich selbst besser zu verstehen und Ihr Leben positiv zu gestalten.

Wie kann ich die Wartezeit nutzen?

Die Wartezeit ist keine verlorene Zeit: Kleine Schritte wie eine gute Tagesstruktur, Bewegung, Selbstfürsorge, das Festhalten von Gedanken und Gefühlen sowie die Nutzung von Selbsthilfe- oder Beratungsangeboten können bereits entlasten und den Start in die Therapie erleichtern.

Checkliste: Mein Weg zur Psychotherapie

- ☐ **Eigene Situation klären:** Was belastet mich? Welche Art von Hilfe brauche ich?
- ☐ **Passendes Richtlinienverfahren aussuchen:** z. B. Verhaltenstherapie; tiefenpsychologisch fundierte Therapie
- ☐ **Nach Therapeut:innen suchen:** Zum Beispiel über die psychotherapeutensuche.de
- ☐ **Liste mit mehreren Kontakten erstellen:** So kannst du einen Überblick über die Therapeut:innen behalten die du bereits kontaktiert hast und was du weiterhin zu musst
- ☐ **Praxen kontaktieren:** telefonisch oder per Mail; am besten kontaktierst du direkt so viele Praxen wie möglich
- ☐ **Wartelisten:** Lasse dich auf so viele Wartelisten wie möglich platzieren, damit du deine Chance auf einen Therapieplatz erhöhen kannst
- ☐ **Erstgespräch wahrnehmen**
- ☐ **Prüfen, ob die Chemie stimmt:** Fühle ich mich verstanden?
- ☐ **Entscheidung für Therapeut:in treffen**
- ☐ **Kostenerstattungsverfahren:** Wenn trotz intensiver Suche kein Therapieplatz in einer kassenzugelassenen Praxis verfügbar ist, kann die gesetzliche Krankenkasse unter bestimmten Voraussetzungen die Kosten für eine Behandlung in einer Privatpraxis übernehmen. Dafür sollte die erfolglose Therapiesuche dokumentiert werden (unterstützende Tabelle im Anhang).



Tipp: Nutzen Sie während der Wartezeit auf einen Therapieplatz Beratungsstellen und Onlineangebote. Dranbleiben lohnt sich, oft braucht es mehrere Anfragen, bis ein Platz frei wird.

Hilfe bei der Suche nach Therapieplätzen:

Es gibt Online-Datenbanken mit approbierten Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sowie hilfreichen Materialien, die dich bei der Suche und der Wartezeit unterstützen können

psychotherapeutensuche.de



- Unterstützt Menschen dabei, schnell und gezielt einen passenden Therapieplatz zu finden.
- Nutzer:innen können nach approbierte Psychotherapeut:innen in ihrer Nähe suchen und die Ergebnisse nach verschiedenen Kriterien wie Behandlungsverfahren, Spezialisierung oder Verfügbarkeit filtern.
- Darüber hinaus bietet die Website hilfreiche Informationen rund um das Thema Psychotherapie sowie praktische Tipps für den Erstkontakt und die Vorbereitung auf eine Behandlung.
- Für die oft herausfordernde Wartezeit auf einen Therapieplatz stellt psychotherapeutensuche.de zudem ergänzende Hilfsangebote bereit, etwa Hinweise auf Beratungsstellen, Selbsthilfeoptionen oder digitale Unterstützungsangebote.



116 117

- Offizielle Suche der Kassenärztlichen Vereinigungen
- Terminservice (online & telefonisch)



Deutsche PsychotherapeutenVereinigung

- Suche nach approbierten Therapeut:innen, auch für spezielle Gruppen



Psychotherapie-Informationsdienst



- Online-Suche plus kostenlose telefonische Beratung bei der Platzsuche





Warum sind die
Wartezeiten für
einen
Therapieplatz so
lang?

Einen Therapieplatz schnell zu bekommen, ist oft schwierig, weil Psychotherapie auf eine langfristige, regelmäßige Begleitung ausgelegt ist. In der Regel finden wöchentliche Sitzungen über viele Monate oder sogar Jahre statt, sodass Therapeut:innen ihre wenigen Plätze fest vergeben müssen. Da sie nur eine begrenzte Zahl an Patient:innen gleichzeitig betreuen können und Behandlungen lange dauern, werden neue Plätze nur selten frei. Im Durchschnitt oft nur alle paar Wochen. Gleichzeitig suchen viele Menschen Hilfe, sodass es zu Wartezeiten kommt.



Wozu dient die
Psychotherapeut-
ische
Sprechstunde?

Die psychotherapeutische Sprechstunde dient als erster Zugang zur Einschätzung des Behandlungsbedarfs. Sie ermöglicht eine schnelle Orientierung, kann aber den Beginn einer festen Therapie verzögern, da Termine begrenzt sind. Häufig müssen sich Patient:innen mehrfach bei unterschiedlichen Therapeut:innen vorstellen, was als belastend erlebt werden kann.



Wozu sind
Wartelisten
geeignet?

Wartelisten sind ein zentrales Steuerungsinstrument in der psychotherapeutischen Versorgung. Sie schaffen Transparenz über die tatsächliche Nachfrage, ermöglichen eine priorisierte Vergabe von Therapieplätzen nach Dringlichkeit und sichern eine gewisse Kontinuität, da Patientinnen und Patienten an eine konkrete Praxis gebunden bleiben. Fehlen funktionierende Wartelisten, drohen intransparente Zugangswege, längere Suchprozesse und wiederholte Erstkontakte ohne verlässliche Perspektive auf einen Behandlungsplatz.

Welche Angebote gibt es, die ich während der Wartezeit auf einen Therapieplatz nutzen kann?

Hilfspakete:

- Diese sind auf der Website der Psychotherapeutensuche.de zu finden. Sie bieten, in Bezug auf verschiedene Thematiken, Zugriff auf fachgerechte psychoedukative Inhalte, sowie Arbeitsblätter und Aufgaben und Links zu Ressourcen zur Selbsthilfe.



Beratungsstellen:

- Darunter fallen Institutionen, wie die Caritas,
- die Diakonie,
- oder Pro Familia



DiGa:

- Digitale Gesundheitsanwendungen (Apps oder Webanwendungen, die ärztlich verordnet werden können)



Telefonische Hilfe:

Telefonseelsorge (bundesweit)

- Telefonnummer: 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222 (rund um die Uhr, anonym & kostenlos)
- Online: Chat & E-Mail-Beratung unter www.telefonseelsorge.de

Nummer gegen Kummer (für Kinder und Jugendliche)

- Telefonnummer: 116 111 (kostenlos und anonym)
- Öffnungszeiten: Montag bis Samstag, 14:00–20:00 Uhr



In **Notfällen**, z. B. bei drängenden und konkreten Suizidgedanken, wende dich bitte an die nächste **psychiatrische Klinik** oder wähle den **Notruf** unter der Telefonnummer **112**.

Praktische Hilfe: Was kann ich im Alltag tun?



01

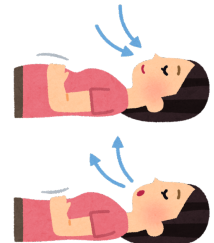
Strukturierte Tagesplanung:

Eine klare Tagesstruktur kann helfen, den Überblick zu behalten. Nutze To-Do-Listen, Kalender oder Apps, die an Termine und Aufgaben erinnern (z. B. „Todoist“ oder „Trello“)

Achtsamkeit und Pausen:

Regelmäßige Pausen einlegen, um das Gehirn zu erholen. Achtsamkeitsübungen wie tiefe Atemtechniken oder kurze Meditationssessions können helfen, die Konzentration wiederzufinden.

02



03

Bewegung einbauen:

Sport und Bewegung helfen, überschüssige Energie abzubauen und die Konzentration zu steigern. Tägliche Spaziergänge, Yoga oder sogar kleine Bewegungspausen während der Arbeit können bereits helfen.

Reizreduktion:

Vermeide Multitasking und schaffe dir eine reizärmere Umgebung. Setze dir klare Grenzen, z.B. durch das Abschalten von Benachrichtigungen auf dem Handy.

04



Jeder muss für sich herausfinden, was am besten hilft.

Was passiert während der ersten Therapiesitzung:



Kennenlernen:

1

In der ersten Therapiesitzung lernst du deine:n Psychotherapeut:in kennen, besprichst deine aktuellen Anliegen und klärt gemeinsam, welche Ziele du mit der Therapie erreichen möchtest. Dabei geht es vor allem darum, Vertrauen aufzubauen und herauszufinden, ob die Zusammenarbeit für euch passt. Es ist ganz normal, am Anfang viele Fragen zu haben.

Hintergründe klären:

2

Danach geht es darum, etwas genauer zu verstehen, was dich zur Therapie geführt hat. Das kann dein aktueller Alltag, deine Stimmung, belastende Erlebnisse oder auch körperliche Beschwerden betreffen. Die Psychotherapeut:in stellt gezielte Fragen, um besser zu verstehen, wie lange deine Schwierigkeiten bestehen und welche Faktoren sie beeinflussen könnten.

Auch wenn es sich manchmal so anfühlen kann, als würde man „nur erzählen“, stellen diese Informationen eine wichtige Grundlage für die Behandlung dar. Es hilft, ein vollständiges Bild deiner Situation zu erhalten und schafft damit die Basis für eine wirksame und gezielte Therapie.

Den Weg vorwärts besprechen:

3

Ziel ist es, einen individuellen Therapieplan zu entwickeln: Was möchtest du verändern, verstehen oder verbessern? Ob das schon in der ersten Sitzung gelingt, ist unterschiedlich – oft braucht es mehrere Termine, um die Ursachen der Beschwerden zu klären. Unabhängig davon erklärt dir die Therapeut:in das weitere Vorgehen und unterstützt dich bei der Vereinbarung der nächsten Termine.



Als Patient:in hast du bestimmte Rechte, zum Beispiel auf Schweigepflicht, Einsicht in deine Behandlungsunterlagen und eine respektvolle, professionelle Therapie ohne private oder finanzielle Interessen der Therapeu:innen. Bei Verstößen kannst du dich an die zuständige Psychotherapeutenkammer wenden.

Weitere Anlaufstellen bei dringendem Unterstützungsbedarf:

Notfallambulanzen
Düsseldorf:

- **LVR-Klinikum Düsseldorf**

Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie der
Heinrich-Heine-Universität
Bergische Landstraße 2
40629 Düsseldorf
Zetralaufnahme Notfallambulanz (Haus 2)
Telefon: 0211 922-2801

- **Kaiserswerther Diakonie**

Florence-Nightingale-Krankenhaus
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Zeppenheimer Weg 7
40489 Düsseldorf
Telefon: 0211 409-3431

- **Sozialpsychiatrischer Dienst des
Gesundheitsamtes**

Landeshauptstadt Düsseldorf
Kölner Straße 180
40227 Düsseldorf
Telefon: 0211 89-95391

Selbsthilfegruppen:

- Selbsthilfegruppen in NRW unter:
www.selbthilfenetz.de

Im Selbsthilfenetz findest du 8495
örtliche Selbsthilfegruppen zu über
1.000 Themen und Stichworten.



[illegible]

Dankbarkeitsliste



Nimm dir abends ein paar Minuten Zeit und notiere drei kleine Dinge, die heute schön waren oder für die du dankbar bist. Das können einfache Momente sein — ein nettes Gespräch, ein warmer Sonnenstrahl oder ein Lied, das dir gefallen hat. Es ist kein Problem, wenn dir weniger Punkte einfallen. Es geht nicht um Perfektion, sondern darum, den Blick behutsam auf kleine, gute Momente zu lenken.



Datum: _____

Heute bin ich dankbar für:

1. _____
2. _____
3. _____



Datum: _____

Heute bin ich dankbar für:

1. _____
2. _____
3. _____



Datum: _____

Heute bin ich dankbar für:

1. _____
2. _____
3. _____

Aufmerksamkeitsübung: 5-4-3-2-1 Technik

Diese Übung hilft dir, dich zu entspannen und **den gegenwärtigen Moment wahrzunehmen**. Suche dir einen ruhigen Platz und nimm dir ein paar Minuten Zeit. Du kannst dieses Blatt verwenden, um dir ein paar Notizen zu machen.

Fünf Dinge sehen



Schaue dich um und nenne fünf Dinge, die du sehen kannst. Was fällt dir auf?
z.B. Ein Baum, das Licht durch das Fenster, die Farbe deines Stiftes...

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Vier Dinge fühlen



Schließe kurz die Augen und konzentriere dich auf das, was du fühlst.
z.B. Deine Füße auf dem Boden, die Textur deiner Kleidung, die Luft auf deiner Haut...

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Drei Dinge hören



Hör genau hin. Welche drei Geräusche kannst du jetzt hören?
Beispiele: Ein Auto draußen, das Ticken einer Uhr, dein Atem...

1. _____
2. _____
3. _____

Zwei Dinge riechen



Achte auf Gerüche um dich herum. Welche zwei Gerüche nimmst du wahr?
z.B. Der Duft deiner Kleidung, ein Parfüm, das Essen von nebenan...

1. _____
2. _____

Eine Sache schmecken



Konzentriere dich auf den Geschmack in deinem Mund. Was merkst du?
z.B. Den Geschmack deines letzten Snacks, die Trockenheit...

1. _____

Vorstellungsübung: Sicherer Ort



i Manchmal wird Angst so stark, dass sie den ganzen Körper und Kopf beherrscht. Dann ist es schwer, sich zu beruhigen. Diese Übung kann dabei unterstützen, sich innerlich einen Ort vorzustellen, an dem man sich geschützt und geborgen fühlt. Der Körper kann durch diese Vorstellung mit der Zeit wieder etwas entspannen. Auch wenn die Angst nicht sofort verschwindet — es kann wohltuend sein, einen sicheren Ort im Kopf zu haben, an den man sich in schwierigen Momenten „zurückziehen“ kann.

Achtung: Diese Übung ist nicht für jeden etwas. Falls Du merkst, dass dies nicht die richtige Übung für dich ist: Kein Problem. Vielleicht sind die anderen Übungen etwas für dich.

So funktioniert's:

- 1 **Augen schließen:** Atme ein paar mal ruhig ein und aus. Spüre, wie dein Körper den Boden oder Stuhl berührt.
- 2 **Einen sicheren ausgedachten Ort vorstellen:** Stelle dir einen Ort vor, an dem du dich vollkommen sicher, ruhig und geborgen fühlst. Das sollte am besten ein Fantasieort ohne andere Menschen sein, an dem du dich wohl fühlst.
- 3 **Details ausmalen:**
Frage dich:
 - Wie sieht es an diesem Ort aus? (Farben, Licht, Umgebung)
 - Was kannst du dort hören? (Geräusche, Stimmen, Musik, Natur)
 - Was riechst du? (z.B. frische Luft, Blütenduft, Meer)
 - Wie fühlt es sich an, dort zu sein? (Wärme, Geborgenheit, Ruhe)
- 4 **Die Atmosphäre spüren:** Bleibe für einen Moment an diesem Ort. Lass das Gefühl von Sicherheit und Ruhe auf dich wirken. Wenn ein Bild noch nicht ganz deutlich ist, ist das nicht schlimm — oft wird es mit der Zeit klarer.
- 5 **Zurückkommen:** Wenn du bereit bist, atme noch einmal tief durch und öffne langsam die Augen. Spüre, wie du wieder im Hier und Jetzt ankommst.

Platz für deine Ideen: Wie könnte dein sicherer Ort aussehen und sich anfühlen?

Achtsamkeitsübung



Die Achtsamkeitsübung dient mehreren wichtigen Zwecken:

1. **Im Moment ankommen:** Sie hilft, aus kreisenden Gedanken oder emotionalem Stress auszusteigen und die Aufmerksamkeit bewusst auf das Hier und Jetzt zu lenken.
2. **Gefühle regulieren:** Durch bewusstes Atmen und Wahrnehmen von Körperempfindungen kann Anspannung, Angst oder innere Unruhe reduziert werden.
3. **Selbstwahrnehmung stärken:** Die Übung schult das Beobachten eigener Gedanken und Emotionen, ohne sich von ihnen mitreißen zu lassen.
4. **Stress- und Krisenvorsorge:** Regelmäßige Achtsamkeitspraxis kann helfen, frühzeitig zu erkennen, wann es einem schlechter geht, und deeskalierende Strategien anzuwenden.
5. **Selbstfürsorge fördern:** Sie ist eine einfache, jederzeit durchführbare Methode, um sich selbst etwas Gutes zu tun und die eigene Resilienz zu stärken.

Ziel: Diese Übung hilft dir, Ruhe zu finden, Gedanken zu beobachten und im Moment anzukommen.

Anleitung:



1. Setze dich bequem hin oder stelle dich ruhig hin.
2. Atme bewusst ein und spüre, wie die Luft durch die Nase fließt.
3. Atme aus und fühle, wie dein Körper sich beim Ausatmen entspannt.
4. Lenke deine Aufmerksamkeit auf einen Sinn (z. B. Boden unter den Füßen spüren, Geräusche wahrnehmen)
5. Lass Gedanken kommen und gehen, ohne sie festzuhalten.
6. Wiederhole dies mehrere Atemzüge lang.

Notizen / Erfahrungen während der Übung:

Deine Meinung ist uns wichtig!

Mit dieser kurzen Umfrage möchten wir besser verstehen, wie unsere Care-Pakete bei dir ankommen – was du besonders magst, was dir vielleicht fehlt und wie wir sie noch weiter verbessern können.

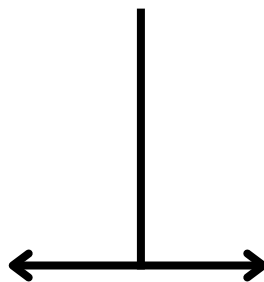
Die Umfrage dauert nur etwa **2–3 Minuten** und hilft uns, deine Bedürfnisse noch besser zu erfüllen.

Wenn du möchtest, dass deine **Antworten anonym bleiben**, gib bitte keine persönlichen Informationen wie Name, Adresse oder Ähnliches an.

Vielen Dank, dass du dir die Zeit nimmst!



***Ich bin Betroffene:r/
Angehörige:r***



Ich bin Fachkraft

Autoren: Rebecca Schramm und Ronja van Heese

© 2025. Dieses Dokument ist urheberrechtlich geschützt. Für Nachdrucke, Vervielfältigungen oder sonstige Nutzungen wenden Sie sich bitte an die PsyOs GmbH. Wir freuen uns auf Ihre Nachricht. feedback@psychotherapeutensuche.de