

Kostenerstattung für Psychotherapie: Ihre Checkliste

Diese Liste führt Sie Schritt für Schritt durch den Antrag bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse. Gehen Sie die Schritte der Reihe nach durch und haken Sie ab, was erledigt ist.

Wichtig: Stellen Sie den Antrag, **bevor** die Behandlung beginnt. Sitzungen vor der Entscheidung der Kasse müssen Sie in der Regel selbst bezahlen, auch probatorische Sitzungen. Ob die Kasse die Kosten übernimmt, entscheidet sie im Einzelfall. Eine Garantie gibt es nicht.

A. Vor dem Antrag

☐ 1. Psychotherapeutische Sprechstunde besuchen

Bei einer Praxis **mit** Kassenzulassung. Termine vermittelt die Terminservicestelle unter 116117 oder auf 116117.de, ohne Überweisung. Die Wartezeit darf höchstens 4 Wochen betragen. Die Sprechstunde zahlt Ihre Kasse wie üblich. Für eine spätere Psychotherapie muss sie insgesamt mindestens 50 Minuten dauern. Sie erhalten das Formular **PTV 11**. Dort steht, ob eine Behandlung zeitnah erforderlich ist, und gegebenenfalls ein Vermittlungscode.

Ausnahme: Wurden Sie wegen einer psychischen Erkrankung aus einer Klinik oder Reha entlassen, brauchen Sie keine Sprechstunde. Legen Sie dann den Entlassbrief bei.

☐ 2. Praxen mit Kassenzulassung anfragen und alles ins Protokoll schreiben

Adressen finden Sie über 116117.de, die Arztsuche der Kassenärztlichen Vereinigung oder Ihre Krankenkasse. Fragen Sie: Ab wann kann eine **Psychotherapie** beginnen, nicht nur ein Erstgespräch?

- Rufen Sie in den telefonischen Sprechzeiten an, und das mehrmals. Ein einzelner Anruf, eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter oder eine einzelne E-Mail pro Praxis gilt meist nicht als ausreichend.
- Fragen Sie auch in Nachbarbezirken. Einen Weg von bis zu etwa einer Stunde (eine Strecke) halten Gerichte oft für zumutbar.
- Eine feste Zahl ist nicht vorgeschrieben. Je mehr Praxen und Versuche Sie belegen können, desto besser. In Berlin sollten es deutlich mehr als fünf Praxen sein.

☐ 3. Terminservicestelle 116117 nach einem Therapieplatz fragen

Haben Sie im PTV 11 einen Vermittlungscode erhalten, nennen Sie ihn. Viele Kassen erwarten mehrere Versuche. Notieren Sie jedes Ergebnis und heben Sie Bestätigungen oder Screenshots auf. Werden Ihnen probatorische Sitzungen vermittelt, fragen Sie die Praxis, ob danach zeitnah eine Therapie beginnen kann. Schreiben Sie die Antwort auf.

☐ 4. Wenn möglich: ärztliche Bescheinigung über die Dringlichkeit

Von Hausärztin, Hausarzt, Fachärztin oder Facharzt. Sie ist nicht vorgeschrieben, kann den Antrag aber stärken.

☐ 5. Unterlagen der Privatpraxis Seven

Von Herrn Seven erhalten Sie:

- eine Bescheinigung über einen freien Therapieplatz (Beginn ab Datum, Häufigkeit, Verfahren Verhaltenstherapie, Hinweis auf fehlende Kassenzulassung),
- einen Behandlungsplan mit Kostenvoranschlag.

Den Nachweis seiner Approbation und Fachkunde schickt Herr Seven selbst an Ihre Krankenkasse.

Vereinbaren Sie vor der Entscheidung Ihrer Kasse keinen Termin, sondern schreiben Sie Herrn Seven eine E-Mail. **Unterschreiben Sie noch keinen Behandlungsvertrag**, solange die Kasse nicht entschieden hat.

B. Antrag stellen

☐ 6. Antrag ausfüllen und Anlagen beilegen

Nutzen Sie die Antragsvorlage der Praxis. Diagnosen gehören nicht ins Anschreiben. Sie stehen im PTV 11.

☐ 7. Von allem eine Kopie behalten

☐ 8. Mit Eingangsnachweis abschicken

Als Einschreiben, persönlich gegen Eingangsstempel oder über die App der Kasse. Speichern Sie die Bestätigung. Notieren Sie das Datum: Ab dem Eingang laufen die Fristen.

☐ 9. Fristen im Kalender eintragen

Die Kasse hat 3 Wochen ab Eingang Zeit. Holt sie ein Gutachten ein, sind es 5 Wochen, und sie muss Ihnen das mitteilen. Ruft die Kasse an, bitten Sie um eine schriftliche Antwort. Nennt sie Ihnen eine Praxis, fragen Sie dort sofort nach und notieren Sie das Ergebnis.

C. Nach der Entscheidung

☐ 10. Bei einer Zusage

- Prüfen Sie, wie viele Sitzungen zugesagt sind und wie viel erstattet wird. Manche Kassen erstatten nur einen Teil des Honorars. Den Rest zahlen Sie selbst.
- Vor Beginn erhalten Sie von der Praxis eine schriftliche Information über die Kosten. Erst dann schließen Sie den Behandlungsvertrag.
- Sie bezahlen die Rechnungen der Praxis und reichen sie bei der Kasse ein.
- Vor der eigentlichen Therapie, spätestens nach den probatorischen Sitzungen, ist eine ärztliche Untersuchung auf körperliche Ursachen nötig (Konsiliarbericht). Diese Untersuchung entfällt, wenn eine Kassenärztin oder ein Kassenarzt Sie zur Psychotherapie überwiesen hat oder eine Klinik die Psychotherapie nach einem stationären Aufenthalt wegen einer psychischen Erkrankung empfohlen hat.
- Für weitere Sitzungen stellen Sie rechtzeitig einen Folgeantrag.

☐ 11. Bei einer Ablehnung

- Sie können innerhalb **eines Monats** Widerspruch einlegen. Dafür gibt es eine Vorlage der Praxis.
- Beginnen Sie die Behandlung trotzdem, zahlen Sie die Kosten selbst. Erstattet werden sie nur, wenn sich die Ablehnung später als rechtswidrig herausstellt. Sprechen Sie vorher mit der Praxis.

☐ 12. Wenn keine Antwort kommt

Hat die Kasse bis zum Ende der Frist weder entschieden noch Ihnen vorher schriftlich oder elektronisch einen ausreichenden Grund für die Verzögerung genannt, kann der Antrag als genehmigt gelten (§ 13 Absatz 3a SGB V). Das ist rechtlich kompliziert und keine sichere Zusage. Lassen Sie sich beraten, bevor Sie sich darauf verlassen, zum Beispiel bei der Unabhängigen Patientenberatung, einem Sozialverband oder einer Anwältin oder einem Anwalt für Sozialrecht.

In einer akuten Krise warten Sie nicht auf den Antrag: Notruf 112 · ärztlicher Bereitschaftsdienst 116117 · TelefonSeelsorge 0800 111 0 111 (rund um die Uhr, kostenfrei).

Privatpraxis Ümit Seven · therapie-seven.de · Stand: Oktober 2026 · Diese Checkliste ersetzt keine Rechtsberatung.