

Psychotherapie

Angebote der ÖGK





Psychotherapie

Im Leben gibt es glückliche Zeiten, aber genauso Phasen, in denen man „nicht gut drauf“ ist. Es ist normal, gelegentlich traurig, niedergeschlagen, ängstlich oder erschöpft zu sein. Doch diese Stimmungen sollen nicht überhandnehmen und unseren Alltag bestimmen.

Die Grenzen zwischen Lebenskrisen, Stimmungstief und Krankheit sind fließend. Sicher ist aber, dass Krankheiten der Seele genauso ernst zu nehmen sind wie Krankheiten des Körpers. Für Menschen mit seelischen Erkrankungen gibt es Hilfe. Erste Ansprechpersonen sind oft die Hausärzte bzw. Hausärztinnen. Einige von ihnen haben Zusatzausbildungen für die Behandlung psychischer Leiden. 14 Fachärzte und -ärztinnen mit Kassenvertrag für Psychiatrie stehen vor allem für die Diagnose und Behandlung schwerer Erkrankungen zur Verfügung. Psychotherapie kann dabei helfen, neue Sichtweisen und Verhaltensmuster zu entwickeln. Patienten und Patientinnen lernen, mit belastenden Lebenssituationen besser umzugehen und Krisen zu überwinden. Die Österreichische Gesundheitskasse in Salzburg bietet Psychotherapieplätze bei Vertragstherapeuten und -therapeutinnen der ARGE Psychotherapie an. Rund 300 Psychotherapeutinnen und -therapeuten mit Vertrag stehen zur Verfügung. Zusätzlich gibt es finanzielle Unterstützung, wenn Wahltherapeuten und -therapeutinnen aufgesucht werden.

Informieren Sie sich – wir beraten Sie gerne!

Österreichische Gesundheitskasse in Salzburg

Engelbert-Weiß-Weg 10, 5020 Salzburg
Tel. 05 0766-0 • E-Mail: office-s@oegk.at
www.gesundheitskasse.at

Öffnungszeiten

Mo-Do von 07.15–15.00 Uhr, Fr von 07.15–12.15 Uhr

Was?

Was ist Psychotherapie?

Psychotherapie ist ein Heilverfahren, das bei seelischem Leiden angewendet wird. Sie hilft, wenn man selbst oder mit der Hilfe von Familie / Freunden eine Lebenskrise oder Probleme nicht mehr bewältigen kann. Psychotherapie unterstützt beim Gesundwerden.

Wann?

Wann ist Psychotherapie sinnvoll?

- Wenn belastende Lebenssituationen krank machen (schwere Erkrankungen, Verlust von Familienmitgliedern, Unfälle, Arbeitslosigkeit)
- Wenn Probleme und Krisen in der Familie krank machen (Trennung, häusliche Gewalt, Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern)
- Bei Depressionen
- Wenn Angstzustände den Lebensalltag stark beeinträchtigen
- Bei psychosomatischen Erkrankungen (wenn körperliche Beschwerden die Folge einer psychischen Erkrankung sind)
- Bei anderen psychischen Erkrankungen

Wo?

Wo finde ich passende Therapeuten?

Auf **www.arge-psychotherapie.at** können Sie Therapeuten und Therapeutinnen suchen nach:

- Region, Name, Spezialisierung (auf Altersgruppe)
- Therapieform (Einzel-, Paar-, Familien-, Gruppentherapie)



Wann?

Wann ist Psychotherapie sinnvoll?



Krank durch belastende Lebenssituationen



Angstzustände



Krank durch Probleme und Krisen in der Familie



Depressionen



Andere psychische Erkrankungen



Psychosomatische Erkrankungen

Was erwartet mich?

Entscheidend ist der eigene Wille, an der Behandlung der Krankheit mitzuarbeiten.

Sie können psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nehmen. Je nach Erkrankungsbild und Behandlungskonzept stehen folgende Behandlungsformen zur Verfügung:

- Einzelsitzungen
- mit der Familie
- mit dem Partner / der Partnerin
- in einer Gruppe.

Die Art der Therapie muss auf das Problem abgestimmt werden und medizinisch sinnvoll sein.

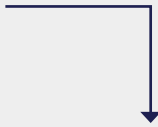
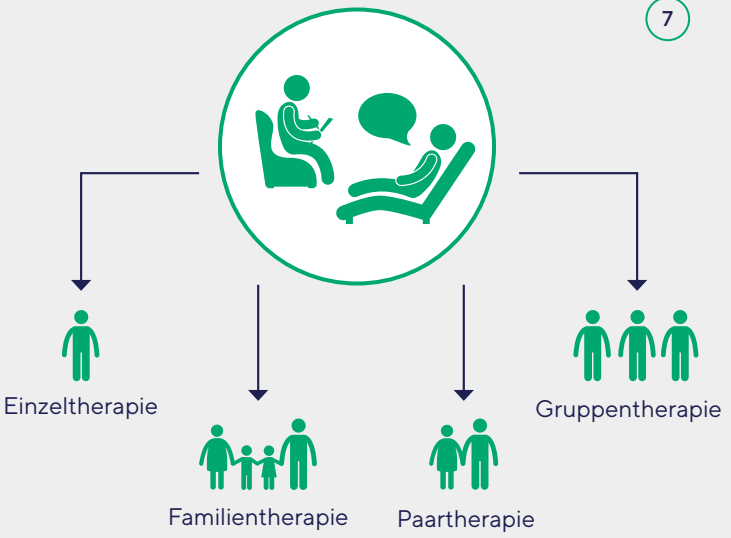
Psychotherapeutinnen und -therapeuten arbeiten mit unterschiedlichen Behandlungsmethoden. Es gibt nicht nur eine Art von Psychotherapie, sondern viele Ansätze, aus denen der richtige für Sie gewählt wird.

Was bietet die ÖGK an?

Versicherte der Österreichischen Gesundheitskasse in Salzburg können Psychotherapie auf Kosten der ÖGK in Anspruch nehmen.

Die ÖGK in Salzburg stellt eine bestimmte Anzahl an Therapieplätzen* für Personen mit schwerer Erkrankung zur Verfügung. Unabhängig von diesen Therapieplätzen können Menschen in schlechter wirtschaftlicher Lage (in etwa „Sozialhilfe-Niveau“) Psychotherapie ohne Eigenkosten in Anspruch nehmen (Details auf den folgenden Seiten). Für alle, die sich bei Therapeuten und Therapeutinnen ohne Sachleistungs-Vertrag behandeln lassen, gibt es einen Kostenzuschuss.

* Auch die Sondersicherungsträger bieten für ihre Versicherten Therapieplätze auf Kosten der Krankenversicherung an.



Psychotherapie als Sachleistung – für Personen mit schwerer Erkrankung

Für Personen mit schwererer Erkrankung stellt die ÖGK* in Salzburg monatlich eine bestimmte Zahl an Psychotherapieplätzen zur Verfügung.

Ausschlaggebend für einen Therapieplatz ist, wie schwer die Erkrankung und wie dringend eine Behandlung ist.

Es gibt verschiedene Therapieformen: Einzeltherapie, Paartherapie, Gruppentherapie und Familientherapie. Welche Therapie gewählt wird, hängt von der medizinischen Sinnhaftigkeit und Zweckmäßigkeit ab.

Die Patientinnen und Patienten leisten einen Selbstbehalt von 20 % des Vertragstarifes (bei einer Einzelsitzung z.B. € 15,50 pro Stunde, Stand 2020).

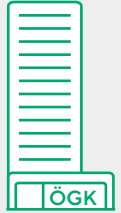
Bei minderjährigen Patientinnen und Patienten entfällt die Kostenbeteiligung!

Achtung: Erkundigen Sie sich schon vor Therapiebeginn, ob Ihr Therapeut / Ihre Therapeutin einen Sachleistungs-Vertrag mit der ARGE Psychotherapie hat! Dieser ist Voraussetzung, dass Sie einen Sachleistungsplatz in Anspruch nehmen können.

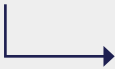
* und die Sondersicherungsträger



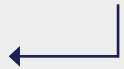
Bei Kindern kein
Selbstbehalt!



20%



80%



Das gilt für Einzel-,
Paar-, Familien- und
Gruppentherapie

Therapeut/Therapeutin
muss Vertrag mit ARGE
Psychotherapie haben >
Voraussetzung für einen
Sachleistungsplatz

Psychotherapie als Sachleistung – für Personen in schlechter wirtschaftlicher Lage

Personen, die psychotherapeutische Hilfe brauchen und in einer finanziell schwierigen Lage sind, erhalten einen Therapieplatz. Die Kriterien dafür entsprechen in etwa denen der Mindestsicherung („Sozialhilfe“).

Die Einzeltherapie kann in Anspruch genommen werden, wenn der Patient bzw. die Patientin folgende Voraussetzungen erfüllt:

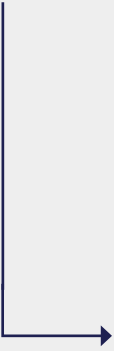
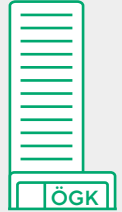
- Hauptwohnsitz im Bundesland Salzburg
- Das verfügbare Netto-Haushaltseinkommen liegt unter dem Richtsatz für die Mindestsicherung: Es fällt kein Selbstbehalt an, die Kosten für die Therapie werden komplett übernommen
- Das verfügbare Netto-Haushaltseinkommen liegt über dem Richtsatz für die Mindestsicherung: In einer Berechnung werden mögliche Therapiekosten vom Einkommen abgezogen – liegt das Haushaltseinkommen jetzt unter dem Richtsatz für die Mindestsicherung, fällt eine geringe Kostenbeteiligung des Patienten/der Patientin an

Die Prüfung der Kriterien erfolgt durch die ÖGK.

Achtung: Ein Antrag ist nötig! Das Antragsformular finden Sie auf www.gesundheitskasse.at/antraege-psychotherapie

Achtung: Erkundigen Sie sich schon vor Therapiebeginn, ob Ihr Therapeut/Ihre Therapeutin einen Vertrag mit der ARGE Psychotherapie hat! Dieser ist Voraussetzung, dass Sie einen Sachleistungsplatz in Anspruch nehmen können. Die Psychotherapie für Personen in schlechter wirtschaftlicher Lage wird überwiegend vom Land Salzburg finanziert.

Liegt das verfügbare Netto-Haushaltseinkommen über dem Richtsatz für die Mindestsicherung („Sozialhilfe“), fällt eine geringe Kostenbeteiligung des Patienten / der Patientin an



Therapeut/Therapeutin
muss Vertrag mit ARGE
Psychotherapie haben >
Voraussetzung für einen
Sachleistungsplatz

Kostenzuschuss für Psychotherapie

Sie können Psychotherapie auch als Privatleistung in Anspruch nehmen und bei der ÖGK um einen Kostenzuschuss ansuchen.

In diesem Fall bezahlen Sie dem Therapeuten bzw. der Therapeutin das Privathonorar und reichen die Rechnung mit dem Zahlungsnachweis bei der ÖGK ein.

Bedingungen sind:

- Der Therapeut oder die Therapeutin ist in die Psychotherapeutenliste des Bundesministeriums für Gesundheit eingetragen
- Die Bestätigung über die ärztliche Untersuchung (eingeholt vor der 2. Therapiestunde) liegt vor

Die Höhe des Kostenzuschusses hängt von der Therapieart (Einzel-, Gruppen-, Paar-, Familientherapie) und von der Dauer der Sitzung ab. Der Kostenzuschuss für eine Einzelsitzung beträgt € 28,00.

Das Antragsformular zur Kostenerstattung finden Sie hier:

www.gesundheitskasse.at/antraege-psychotherapie





Höhe des Kostenzuschusses hängt von Therapieart ab (Einzel-, Gruppen-, Paar- oder Familientherapie)

1 Privathonorar an Therapeuten bezahlen



Patient



Therapeut

2 Rechnung + Zahlungsnachweis bei ÖGK einreichen



Patient



3 ÖGK vergibt Kostenzuschuss



Patient

Wie kann ich Psychotherapie in Anspruch nehmen?

Für alle Psychotherapien muss belegt werden, dass die Therapie notwendig ist.

Dafür wird vom Psychotherapeuten bzw. der -therapeutin ein Antragsformular an die ÖGK übermittelt. Die ÖGK entscheidet anhand verschiedener Kriterien, ob es sich im jeweiligen Fall um eine Krankenbehandlung handelt, für die die Kosten übernommen werden.

Spätestens vor der 2. Psychotherapiestunde müssen Sie eine Bestätigung vom behandelnden Arzt einholen, die Sie später mit der Abrechnung vorlegen.

Achtung: Die Bestätigung müssen Sie erst mit der Rechnung vorlegen. Das entsprechende Formular finden Sie online.

Bei **Gruppen-, Paar- und Familientherapien** muss der Therapeut / die Therapeutin zusätzlich vor der 5. Sitzung einen Antrag bei der ÖGK stellen und eine Bewilligung für die Psychotherapie einholen.

Bei **Einzeltherapien** muss der Therapeut / die Therapeutin vor der 11. Stunde einen Antrag bei der ÖGK stellen und eine Bewilligung für die Psychotherapie einholen.

Die Antragsformulare sind anonymisiert und werden von den Psychotherapeuten und -therapeutinnen im Auftrag der Patientinnen und Patienten ausgefüllt und elektronisch an die ÖGK übermittelt.

Alle Formular-Vordrucke finden Sie unter www.gesundheitskasse.at/antraege-psychotherapie



1

Spätestens vor der 2. Stunde:

- ärztliche Bestätigung holen
- ärztliche Bestätigung erst mit Rechnung vorlegen
- Formular für Arzt unter www.gesundheitskasse.at/formulare-psychotherapie

2

3

4

Bei Gruppen-, Paar- und Familientherapie:

- Therapeut muss vor der 5. Stunde Antrag elektronisch stellen und Bewilligung einholen
- Formular für Therapeuten unter www.gesundheitskasse.at/formulare-psychotherapie

5

6

7

8

9

10

Bei Einzeltherapie:

- Therapeut muss vor der 11. Stunde Antrag elektronisch stellen und Bewilligung einholen
- Formular für Therapeuten unter www.gesundheitskasse.at/formulare-psychotherapie

11

Wer sieht meine Daten?

Daten, die die Gesundheit betreffen, müssen geschützt werden. Wir versichern Ihnen, dass Ihr Antrag auf Psychotherapie anonymisiert bearbeitet wird.

Ihr Name ist auf dem Formular nicht ersichtlich – lediglich ein Code wird angeführt. Rückschlüsse zwischen Patientennamen und Code sind für die Begutachtungsstelle, die die Anträge bewilligt oder ablehnt, nicht möglich. Die Übermittlung der Anträge erfolgt auf einer sicheren Datenleitung.

Anlaufstellen und Beratung

**Telefonische Hotline der Krisenintervention
Rund um die Uhr erreichbar**

- Salzburg: 0662 433351
- St. Johann im Pongau: 06412 20033
- Zell am See: 06542 72600

Ambulante Krisenintervention

- Salzburg, Südtirolerplatz 11
- St. Johann im Pongau, Hauptstraße 68-70
- Zell am See, Gletschermoosstraße 29

Kuratorium für psychische Gesundheit

- Hotline: 0664 73970829
info@kuratorium-psychische-gesundheit.at
www.kuratorium-psychische-gesundheit.at

1 Therapeut stellt Antrag mit Code



2 Fragen zum Antrag durch Nennung von Code



Hier sind Sie gut beraten

Der Unterstützungsfonds

Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) möchte Ihnen in einer Notlage im Zusammenhang mit Gesundheitskosten helfen und bietet deshalb freiwillige Zuschüsse aus dem Unterstützungsfonds an.

Sie können daher bei finanziellen Belastungen im Zusammenhang mit einer Krankheit oder medizinischen Behandlungen einen Zuschuss beantragen. Dabei werden Ihre Familien- und Einkommensverhältnisse berücksichtigt.

Bitte beachten Sie, dass Sie keinen Rechtsanspruch auf diese freiwillige Leistung haben.

Alle Informationen darüber finden Sie online auf www.gesundheitskasse.at/u-fonds

Krankengeld

Das Krankengeld ist eine finanzielle Absicherung für Menschen, die während einer längeren Krankheit keinen Lohn oder Lohnersatz mehr erhalten. Niemand soll durch eine Krankheit in existentielle Not geraten.

Alle Informationen dazu finden Sie in der Broschüre „**Krankengeld – Sicherheit im Krankheitsfall**“ sowie online unter www.gesundheitskasse.at/krankengeld



Unsere Beratungs- schwer- punkte

- Stress, Burnout
- Rauch-Stopp
- Ernährung
- Erhöhter Blutzucker/Diabetes
- Umgang mit Demenz
- Gesundheitsberatung
für Arbeitssuchende und
Migrantinnen/Migranten

**Wir sind persönlich
für Sie da!**

**GIZ in der Stadt Salzburg im
ÖGK Kundenservice Salzburg**

Engelbert-Weiß-Weg 10,
5020 Salzburg
Tel. 05 0766-178800
E-Mail: giz-salzburg@oegk.at

**GIZ im Innergebirg im ÖGK
Kundenservice Bischofshofen**

Gasteiner Straße 29,
5500 Bischofshofen
Tel. 05 0766-178800
E-Mail: giz-innergebirg@oegk.at

www.gesundheitskasse.at/giz

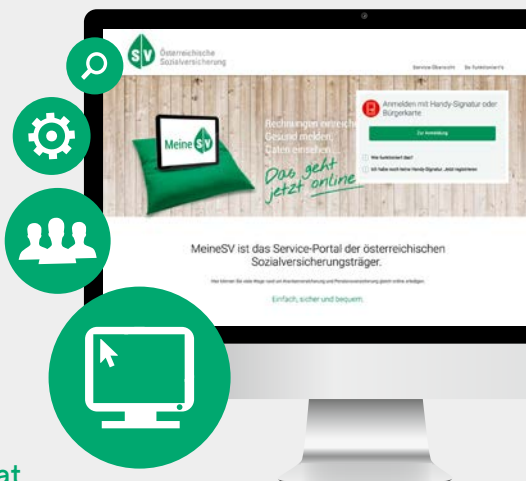
EINFACH, SICHER & BEQUEM

Unsere Online-Services

Erledigen Sie Anträge & Meldungen online: *

- Rechnung Ihres Wahlarztes einreichen
- Versicherungsdatenauszug erstellen
- Kinderbetreuungsgeld beantragen
- Selbstversicherung beantragen
- Gesundheitsmeldung nach Krankenstand
- Leistungsinformation (LIVE) ansehen
- Pensionskonto einsehen

... u.v.m.



www.meinesv.at

* Für unsere e-Services benötigen Sie die kostenlose Handy-Signatur – Ihre amtliche elektronische Unterschrift. Alle Infos auf www.handy-signatur.at

Impressum: Medieninhaber und Herausgeber: Österreichische Gesundheitskasse, Haidingergasse 1, 1030 Wien, www.gesundheitskasse.at/impresum • Redaktion: ÖGK Salzburg, Engelbert-Weiß-Weg 10, 5020 Salzburg • Fotos/Bilder: Shutterstock • Hersteller: Gutenberg-Werbering Gesellschaft m.b.H., Wischerstraße 2, 4040 Linz