



# Was macht ein Psychologe – Psychiater – Psychotherapeut – Heilpraktiker für Psychotherapie?

Muss ich zum Psychologen, wenn es mir seelisch nicht gut geht?

Ich beschreibe dir hier, was genau ein Psychologe, ein Psychiater, ein Psychotherapeut und ein Heilpraktiker für Psychotherapie macht. Du erfährst, an welchen Experten du dich mit deinem psychischen Problem wenden kannst.

Nicht selten beginnen Anrufe in meiner Praxis so: „Guten Tag. Mein Hausarzt hat bei mir eine Angststörung (Depression – Stress-Störung – etc.) diagnostiziert und ich soll jetzt eine Therapie machen. Sind Sie Psychologe? Bin ich bei Ihnen richtig, Frau Cremasco?“

Es ist gar nicht leicht die verschiedenen Professionen auseinander zu halten und zu wissen, wer was macht. Lass uns einen Blick auf die Unterschiede werfen, sodass du am Ende genau weißt, wer dir helfen kann!

## Psychologe

Psychologen haben das Studienfach Psychologie an einer Universität studiert. Psychologie ist die „Lehre der Seele“ und beschäftigt sich mit dem Verhalten und Erleben des Menschen. Nach dem Abschluss des Studienganges können Psychologen in der Forschung arbeiten oder in der freien Wirtschaft – meist in Themenfeldern, wo das menschliche Verhalten relevant ist:

- Personalabteilungen
- Personalberatung
- Personalentwicklung
- Beratungsstellen

Psychologen dürfen aber nicht therapeutisch tätig sein und anderen Menschen bei der Bewältigung ihrer psychischen Erkrankung helfen. Strebt der Psychologe dies an, muss er eine zusätzliche, therapeutische Ausbildung abschließen. Erst dann darf er psychotherapeutisch arbeiten und nennt sich „psychologischer Psychotherapeut“. Die gesamte Ausbildung und Prüfung sind staatlich organisiert. Die Berufsbezeichnung ist geschützt.

## Psychiater

Ein Arzt, also eine Person, die Medizin studiert hat, kann sich auf das Themenfeld „Heilung der Psyche“ spezialisieren. Hierbei handelt es sich um eine Facharztausbildung. Er erlernt psychiatrische und psychotherapeutische Aspekte. Wenn er die Ausbildung abgeschlossen hat, arbeitet er entweder als Psychiater oder ärztlicher Psychotherapeut.

Ohne alle Personen, die diesen beruflichen Weg für sich gewählt haben, über einen Kamm scheren zu wollen: Meistens ist die Haltung vertreten, dass psychische Krankheiten durch Medikamente geheilt werden können. Als Arzt ist es dem Psychiater erlaubt, Psychopharmaka zu verschreiben. Dazu zählen zum Beispiel Antidepressiva,



Beruhigungsmittel, etc. Außerdem ist dies der einzige Behandler, der dich körperlich untersuchen darf und dich bei Bedarf auch in ein Krankenhaus einweisen darf.

### Psychotherapeut

Der Psychotherapeut ergibt sich aus dem oben Beschriebenen: Es handelt sich also entweder um einen ärztlichen oder psychologischen Psychotherapeuten – je nachdem, für welches Grundstudium (Medizin – Psychologie) sich der Therapeut anfangs entschieden hat. Und je nach Grundausbildung darf dieser Therapeut Medikamente verschreiben (ärztlicher Psychotherapeut) oder eben nicht (psychologischer Psychotherapeut). Der Ausbildungsweg ist grundsätzlich staatlich organisiert. Beide Therapeuten haben das Ziel vor Augen, dir bei deiner psychischen Erkrankung zu helfen.

Psychotherapeuten haben meist eine bestimmte Richtung, nach der Sie die Therapie durchführen: Es gibt zum Beispiel die Psychoanalyse, die Verhaltenstherapie etc. Auch darin lassen sie sich ausbilden.

### Heilpraktiker für Psychotherapie

Der Beruf des „Heilpraktikers für Psychotherapie“ existiert erst seit 1997. Er ist aus dem Beruf des Alternativ-Behandlers „Heilpraktiker“ entstanden. Dieser darf ähnlich wie ein Hausarzt tätig sein, **während der Heilpraktiker für Psychotherapie ähnlich wie ein Psychotherapeut (s.o.) tätig ist.**

### Mein Rat für dich, wenn du Hilfe suchst

*Wenn du also Leidensdruck spürst, dann kann der Psychiater, der Psychotherapeut oder der Heilpraktiker für Psychotherapie relevant sein für dich. Ich rate dir, als erstes zu deinem Hausarzt zu gehen. Vertrau dich ihm an und lass dich einmal komplett durchchecken. Dies ist sowieso wichtig vor einer Psychotherapie. Denn nur so kann ausgeschlossen werden, dass dein psychisches Problem keine organische Ursache hat.*

### Wird der Heilpraktiker für Psychotherapie wie ein Psychologe oder ein Psychotherapeut ausgebildet?

Alle Heilpraktiker-Ausbildungen finden aktuell an Privatschulen statt und sind nicht staatlich organisiert. Am Ende muss der Heilpraktiker für Psychotherapie (und natürlich auch der Heilpraktiker) eine Prüfung beim Gesundheitsamt ablegen. Unfassbare 98% der Prüflinge fallen durch die Prüfung durch. Je nach Bundesland sind die Prüfungsbestimmungen unterschiedlich. In Schleswig-Holstein muss ein angehender Heilpraktiker für Psychotherapie eine schriftliche und eine mündliche Prüfung bestehen.

Beide sind alles andere als einfach. Ich weiß das, denn ich bin Heilpraktikerin für Psychotherapie und nach meinem Empfinden schafft niemand die Prüfung, der nicht zuvor



über einen langen Zeitraum gelernt hat und sich der zukünftigen Verantwortung bewusst ist. Und so hat der Heilpraktiker für Psychotherapie am Ende eine staatliche Prüfung absolviert (aber keine staatliche Ausbildung).

Genauso wie die Psychotherapeuten sollte ein Heilpraktiker für Psychotherapie eine Ausbildung in einer Therapierichtung haben, damit sie strukturiert arbeiten können. Nicht alle Therapierichtungen stehen den Heilpraktikern für Psychotherapie in der Ausbildung offen. So kann er sich zum Beispiel nicht in „EMDR“ ausbilden lassen, dafür aber in „Wing Wave“. Beide Methoden ähneln sich. Aber da alles immer in der Entwicklung ist, gibt es auch hier immer wieder Veränderungen in den Möglichkeiten.

### **Arbeiten Heilpraktiker für Psychotherapie mit Ärzten zusammen?**

In meiner täglichen Arbeit als Heilpraktikerin für Psychotherapie kommt es immer wieder vor, dass ich mit Hausärzten und auch Psychiatern und dem örtlichen Krankenhaus zusammenarbeite. Sei es, dass

- meine Patienten Medikamente benötigen, die von den Ärzten verschrieben werden
- ich Patienten von einer Psychiaterin übernehme
- das Krankenhaus einen Therapiebericht zu einem eingewiesenen Patienten benötigt
- ein Patient eine Kur beantragen will und im Zuge dessen einen Bericht von mir benötigt.