

Soziotherapie:

Hilfe für Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen

Was ist Soziotherapie?

Soziotherapie ist eine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung in Deutschland, mit der Menschen mit schweren psychischen Beeinträchtigungen unterstützt werden, ein möglichst selbstständiges Leben zu führen und Krankenhausaufenthalte zu vermeiden oder zu verkürzen. ([Fliedner Fachhochschule](#))

Dabei werden psychosoziale Unterstützungsmaßnahmen, Alltagsbetreuung und Begleitung vernetzt, um den Alltag besser zu meistern. ([dvgp.org](#))

Anspruchsvoraussetzungen

Damit Soziotherapie verordnet und von der Krankenkasse übernommen werden kann, müssen mehrere Voraussetzungen erfüllt sein:

Voraussetzung	Beschreibung / Hinweise
Alter	Versicherte ab 18 Jahren (KBV - Startseite)
Diagnose	Eine schwerwiegende psychische Erkrankung, typischerweise aus dem schizophrenen Formenkreis (z. B. F20–F25) oder affektive Störungen mit psychotischem Anteil (z. B. F31.5, F32.3, F33.3) (KBV - Startseite)
Medizinische Indikation & Notwendigkeit	Es muss begründet sein, dass Soziotherapie zur Stabilisierung, zur Verhinderung von Krankenhausaufenthalten oder zur Unterstützung der Alltagsbewältigung erforderlich ist. (MTR Legal Rechtsanwälte)
Mindestmaß an Belastbarkeit, Motivation & Kooperation	Der Betroffene muss grundsätzlich in der Lage sein, mitzuarbeiten, sich an Absprachen zu halten und eine gewisse Kommunikationsfähigkeit mitbringen. (KBV - Startseite)
Verordnung durch Facharzt / Ärztin	Die Verordnung erfolgt in der Regel durch ärztliche Fachkräfte (Psychiatrie, Neurologie, Psychotherapie) (dvgp.org)
Genehmigung durch Krankenkasse	In vielen Fällen muss die Maßnahme von der Krankenkasse genehmigt werden, insbesondere wenn mehr als eine bestimmte Stundenzahl nötig ist. (GKV-Spitzenverband)
Qualifikation des Leistungserbringers	Der Anbieter muss bestimmte fachliche und berufliche Anforderungen erfüllen (z. B. mehrjährige psychiatrische Berufserfahrung) (vdek)

Besonderes / Ausnahmen / Randfälle

- Für Probemaßnahmen (meist bis zu 5 Stunden) ist oftmals keine vorherige Genehmigung nötig. ([GKV-Spitzenverband](#))
- Soziotherapie und psychiatrische Krankenpflege dürfen normalerweise nicht zeitgleich verordnet werden, außer wenn sie sich klar ergänzen und dies dokumentiert wird. ([Betanet](#))

Antrags- / Verfahrensweise

1. **Ärztliche Verordnung**
Dein behandelnder Arzt oder deine Psychiaterin stellt eine Verordnung aus, in der Diagnose, Indikation und voraussichtlicher Umfang begründet werden.
2. **Einreichen bei der Krankenkasse / Krankenkassengenehmigung**
Die Verordnung und ggf. ein Antrag werden bei der Krankenkasse eingereicht. Wenn mehr als eine bestimmte Stundenzahl (häufig > 5 Stunden) notwendig sind, ist eine Genehmigung notwendig. ([GKV-Spitzenverband](#))
3. **Auswahl eines anerkannten Leistungserbringers**
Der Betroffene wählt einen soziotherapeutischen Anbieter aus, der über die notwendige Zulassung und Qualifikation verfügt.
4. **Erstellung eines individuellen Hilfeplans**
Gemeinsam mit dem Soziotherapeuten wird ein Plan erstellt, der Ziele, Inhalte, zeitliche Struktur und Verantwortlichkeiten festlegt. ([MTR Legal Rechtsanwälte](#))
5. **Durchführung und Begleitung**
Die Maßnahmen werden umgesetzt, begleitet, überwacht und regelmäßig geprüft, ob Anpassungen nötig sind.
6. **Abrechnung und Nachweise**
Der Leistungserbringer rechnet direkt mit der Krankenkasse ab. Es sind regelmäßige Nachweise und Dokumentationen erforderlich.

Bewilligte Leistungen / Umfang

Soziotherapie ist grundsätzlich eine vertragsärztlich verordnete Leistung (§ 37a SGB V) und unterliegt der Soziotherapie-Richtlinie (ST-RL). ([G-BA](#))

Leistungskomponenten, die typischerweise möglich sind:

- Begleitende psychosoziale Unterstützung im Alltag (z. B. Hilfe bei Strukturierung des Tages, Aktivierung sozialer Ressourcen) ([dvgp.org](#))
- Begleitung in Hausbesuchen, bei Terminen oder Begleitung im sozialen Umfeld ([dvgp.org](#))
- Unterstützung bei Alltagsorganisation, soziale Kontakte, Freizeitgestaltung ([dvgp.org](#))
- Krisenintervention / Stabilisierung in akuten Phasen ([dvgp.org](#))
- Koordination mit anderen Hilfesystemen (Therapie, Pflege, Soziales) ([dvgp.org](#))

Grenzen / Einschränkungen:

- Die Leistungen sind stets einzelfallbezogen und werden je nach Bedarf, Schweregrad und Zielsetzung gewährt. ([GKV-Spitzenverband](#))
- Nicht jede Maßnahme ist automatisch genehmigt; die Wirksamkeit, Notwendigkeit und Wirtschaftlichkeit werden geprüft. ([G-BA](#))
- Zuzahlungen können anfallen (je nach Krankenkasse / Vertrag) ([dvgp.org](#))

Herausforderungen für Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen / F-Diagnosen

Menschen mit (schweren) psychischen Erkrankungen oder sog. „F-Diagnosen“ (z. B. affektive Störungen, Schizophrenie, Persönlichkeitsstörungen) stehen bei der Inanspruchnahme von Soziotherapie oft vor besonderen Barrieren. Hier ein Überblick:

- **Stigmatisierung & Scham**
Viele haben Hemmungen, Leistungen einzufordern oder befürchten Vorurteile.
- **Schwierige Antragstellung / Bürokratie**
Komplexe Antragsverfahren, medizinische Nachweise und Gutachten können Hürden darstellen.
- **Motivations- und Antriebsschwäche**
In Phasen von niedriger Motivation oder schweren Symptomen fällt es schwer, aktiv mitzuwirken oder Termine wahrzunehmen.
- **Unstetiger Krankheitsverlauf**
Schwankungen im Krankheitsbild können bedeuten, dass Maßnahmen angepasst oder unterbrochen werden müssen.
- **Mangel an verfügbaren Anbietern**
In manchen Regionen gibt es wenig oder gar keine zugelassene Soziotherapeuten.
- **Koordination mit anderen Leistungen**
Konflikte und Überschneidungen mit psychiatrischer Krankenpflege, Psychotherapie, Eingliederungshilfe etc. müssen abgegrenzt werden.
- **Finanzielle Unsicherheiten / Zuzahlungen**
Obwohl Soziotherapie grundsätzlich von der Krankenkasse getragen wird, können indirekte Kosten (z. B. Anfahrten) oder Zuzahlungen belastend sein.
- **Dokumentations- und Nachweispflichten**
Anforderungen an Dokumentation können zusätzlichen Druck erzeugen.

Was bekommt man konkret? Beispiele aus der Praxis

Hier sind einige typische Leistungen, die im Rahmen der Soziotherapie tatsächlich erbracht werden können:

- Regelmäßige Hausbesuche zur Unterstützung beim Haushaltsmanagement
- Begleitung zu Ämtern, zur Arztpraxis, zu sozialen Einrichtungen
- Hilfe bei Alltagsstrukturierung (Tagesplanung, Erinnerungshilfen)
- Unterstützung beim Aufbau sozialer Kontakte / Freizeitgestaltung
- Krisenintervention und Stabilisierung in akuten Phasen
- Vernetzung mit anderen Diensten (Therapie, Pflege, Sozialdienst)
- Evaluation und Anpassung des Hilfeplans im Verlauf

Die konkrete Ausgestaltung hängt stark vom individuellen Bedarf und der Genehmigung durch die Krankenkasse ab.