

# **Psychologe, Psychotherapeut, Psychiater, Heilpraktiker für Psychotherapie oder Coach?**

## **Eine kurze Orientierung für Menschen, die psychologische oder psychotherapeutische Hilfe suchen**

**Ingo Kaut**

Approbierter Psychologischer Psychotherapeut (VT)

Strafvollzug & Forensik · Privatpatienten & Selbstzahler · online / mobil in Hamburg

**Stand: Juli 2026**

## **Warum diese Unterscheidung wichtig ist**

Die Begriffe Psychologe, Psychotherapeut, Psychiater, Heilpraktiker für Psychotherapie und Coach werden im Alltag häufig durcheinandergeworfen. Das ist verständlich. Alle Begriffe haben irgendwie mit Psyche, Beratung, Behandlung, persönlicher Entwicklung oder seelischer Belastung zu tun.

Trotzdem bedeuten sie nicht dasselbe.

Wer Hilfe sucht, sollte möglichst gut einschätzen können, mit wem er spricht, welche Qualifikation vorliegt und in welchem rechtlichen Rahmen ein Angebot stattfindet. Es geht dabei nicht um eine Rangliste. Es geht auch nicht darum, aus einer Berufsbezeichnung automatisch auf die Qualität einzelner Menschen zu schließen.

In jeder Berufsgruppe gibt es gute, mittelmäßige und schlechte Arbeit. Es gibt passende Angebote und unpassende Angebote. Trotzdem unterscheiden sich Ausbildung, Aufgabenbereich, gesetzliche Grundlage, Behandlungsbefugnis und Kostenübernahme deutlich.

Genau darum geht es in diesem Dokument: um Orientierung.

## **Psychologe**

Ein Psychologe hat Psychologie studiert.

Psychologie ist ein wissenschaftliches Hochschulstudium über menschliches Erleben und Verhalten. Im Studium geht es unter anderem um Forschung, Statistik, Diagnostik,

Entwicklungspsychologie, Persönlichkeitspsychologie, Arbeitspsychologie, Pädagogische Psychologie und Klinische Psychologie.

Psychologe bezeichnet damit zunächst eine wissenschaftliche Qualifikation.

Psychologen können in sehr unterschiedlichen Bereichen arbeiten: in Forschung, Unternehmen, Beratung, Kliniken, Justiz, Schule, Personalentwicklung oder Diagnostik. Sie können beraten, unterstützen, testen, forschen und psychologische Einschätzungen abgeben.

Für die heilkundliche Behandlung psychischer Erkrankungen braucht es jedoch eine eigene rechtliche Befugnis. Diese Befugnis entsteht durch das Psychologiestudium allein nicht.

Das bedeutet: Ein Psychologiestudium allein berechtigt nicht dazu, psychische Erkrankungen heilkundlich zu behandeln, Psychotherapie unter geschützter Berufsbezeichnung auszuüben oder Psychotherapie mit gesetzlichen Krankenkassen abzurechnen.

## **Psychologischer Psychotherapeut**

Psychotherapeut ist eine gesetzlich geregelte Berufsbezeichnung. Wer Psychotherapie unter der Berufsbezeichnung Psychotherapeutin oder Psychotherapeut ausüben will, benötigt dafür eine Approbation oder eine entsprechende gesetzliche Befugnis.

Psychologische Psychotherapeuten haben nach dem klassischen Ausbildungsweg Psychologie studiert und anschließend eine mehrjährige psychotherapeutische Ausbildung abgeschlossen. Dazu gehören Theorie, praktische Behandlungen, Supervision und Selbsterfahrung. Am Ende steht die Approbation nach bestandener staatlicher Prüfung.

Nach neuer Ausbildungsordnung kann Psychotherapie inzwischen direkt studiert werden. Der Weg führt dann über ein Studium der Psychotherapie, eine staatliche Prüfung, die Approbation und anschließend eine Weiterbildung.

Psychotherapeuten stellen klinische Diagnosen und behandeln psychische Erkrankungen mit Psychotherapie. Eine psychotherapeutische Sitzung dauert häufig 50 Minuten.

Psychologische Psychotherapeuten sind keine Mediziner und verschreiben keine Medikamente. Sie arbeiten mit psychotherapeutischen Methoden, zum Beispiel Gesprächen, Verhaltensübungen, emotionaler Verarbeitung, biografischer Arbeit, Exposition, Stabilisierung oder anderen wissenschaftlich fundierten psychotherapeutischen Verfahren.

In der vertragspsychotherapeutischen Versorgung können Psychotherapeuten unter bestimmten Voraussetzungen mit gesetzlichen Krankenkassen abrechnen. In Privatpraxen, bei Privatpatienten und Selbstzahlern gelten andere Abrechnungswege.

## **Psychiater**

Ein Psychiater ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie.

Der Weg führt über ein Medizinstudium, die ärztliche Approbation und eine mehrjährige Facharztweiterbildung.

Psychiater dürfen psychische Erkrankungen ärztlich behandeln. Dazu gehören Diagnostik, Indikationsstellung, Verlaufskontrolle, Aufklärung und psychopharmakologische Behandlung. Psychiater dürfen also auch Psychopharmaka verschreiben.

In der ambulanten psychiatrischen Behandlung sind Gespräche häufig kürzer als klassische Psychotherapiesitzungen. Das bedeutet nicht, dass diese Gespräche weniger wichtig wären. Es handelt sich aber häufig um ein anderes Behandlungsformat mit einem anderen Schwerpunkt.

Psychiater können psychotherapeutisch arbeiten, insbesondere wenn sie entsprechend weitergebildet sind.

Auch andere Ärzte können unter bestimmten Voraussetzungen psychotherapeutisch weitergebildet sein. Das ist dann häufig fachgebunden. Die psychotherapeutische Tätigkeit bezieht sich in diesem Fall auf das eigene medizinische Fachgebiet.

## **Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie**

Ein Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie ist ein Arzt mit mehrjähriger Weiterbildung in der Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen. Er untersucht medizinisch, stellt Diagnosen, führt Psychotherapie durch und darf Medikamente verordnen.

Im Mittelpunkt steht besonders die Wechselwirkung zwischen Körper, Psyche, Belastungen und Beziehungserfahrungen. Häufig geht es um Depressionen, Angst, Traumafolgen, Essstörungen, chronische Schmerzen oder körperliche Beschwerden, bei denen seelische Faktoren eine Rolle spielen.

# Heilpraktiker für Psychotherapie

Ein Heilpraktiker für Psychotherapie verfügt nicht über eine Approbation als Psychotherapeut.

Voraussetzung ist eine auf das Gebiet der Psychotherapie beschränkte Heilpraktikererlaubnis nach dem Heilpraktikergesetz. Mit dieser Erlaubnis darf ein Heilpraktiker für Psychotherapie heilkundlich im Bereich Psychotherapie tätig sein.

Wichtig ist die genaue Unterscheidung: Eine Heilpraktikererlaubnis ist nicht dasselbe wie eine Approbation als Psychotherapeut. Sie ist auch nicht dasselbe wie ein Medizinstudium, eine Facharztweiterbildung oder ein Psychologiestudium.

Heilpraktiker für Psychotherapie können nicht mit gesetzlichen Krankenkassen abrechnen.

Das sagt für sich genommen nichts darüber aus, ob ein einzelner Mensch sorgfältig, erfahren oder hilfreich arbeitet. Es beschreibt zunächst den rechtlichen Rahmen und die Art der Befugnis.

## Coach

Es gibt sehr gut ausgebildete und hoch qualifizierte Coaches.

Coaching kann sinnvoll sein, etwa bei beruflichen Entscheidungen, Kommunikation, Führung, Rollenklärung, Leistungsentwicklung oder persönlichen Veränderungsprozessen ohne Krankheitswert.

Der Begriff Coach ist in Deutschland jedoch nicht gesetzlich geschützt.

Das bedeutet: Der Titel Coach setzt für sich genommen keinen bestimmten Schulabschluss, keine abgeschlossene Ausbildung und kein Studium voraus. Durch den Titel Coach entsteht auch keine Approbation und keine Heilkundeerlaubnis.

Ein Coach darf ohne entsprechende heilkundliche Befugnis keine psychischen Erkrankungen heilkundlich behandeln und keine Psychotherapie durchführen.

Coaching wird nicht von gesetzlichen Krankenkassen als Psychotherapie bezahlt.

Auch hier gilt: Das ist keine Aussage über die Qualität einzelner Coaches. Es ist eine Aussage über den rechtlichen Rahmen des Begriffs.

# Warum Menschen trotzdem durcheinanderkommen

Man merkt die Verwirrung oft daran, wie Menschen im Alltag davon erzählen:

„Ich war da bei einem Psychologen. Oder Psychiater. Also Arzt, glaube ich. Oder Therapeut? Jedenfalls haben wir gesprochen.“

„Das war irgendwie Psychotherapie. Oder Coaching. Auf jeden Fall ging es um meine Kindheit.“

„Ich habe Antidepressiva bekommen. Oder Globuli. Jedenfalls sollte es gegen die Stimmung helfen.“

Das ist nicht als Spott gemeint. Im Gegenteil. Es zeigt, wie unübersichtlich dieses Feld für viele Menschen ist. Wer Hilfe sucht, ist oft ohnehin belastet. Dann sollte man nicht zusätzlich raten müssen, welche Berufsbezeichnung was bedeutet, wer was darf und in welchem Rahmen man dort eigentlich gelandet ist.

## Was suche ich eigentlich?

Viele Menschen suchen Hilfe nicht mit einer fertigen Diagnose.

Sie merken zunächst nur: Ich komme nicht weiter. Ich bin erschöpft. Ich habe Angst. Ich bin traurig. Ich habe Probleme in Beziehungen. Ich funktioniere nicht mehr wie früher. Ich brauche jemanden, der mit mir sortiert, was los ist.

Das kann sehr Unterschiedliches bedeuten.

Manchmal geht es um Beratung, Orientierung, berufliche Entwicklung oder persönliche Reflexion ohne Krankheitswert. Dann können Coaching oder psychologische Beratung passende Angebote sein.

Manchmal geht es aber um eine psychische Erkrankung. Zum Beispiel um Depression, Angststörung, Traumafolgestörung, Zwang, Essstörung, Persönlichkeitsstörung, komorbide Sucht, schwere Krisen oder andere behandlungsbedürftige Störungen.

Dann geht es nicht nur um Gesprächsqualität, sondern auch um heilkundliche Zuständigkeit.

## Fragen, die vor Beginn hilfreich sein können

Was brauche ich eigentlich?

Suche ich Beratung, Coaching, medizinische Behandlung oder Psychotherapie?

Geht es um ein Lebensproblem, ein berufliches Thema, persönliche Entwicklung oder um eine behandlungsbedürftige psychische Erkrankung?

Welche Qualifikation hat die Person?

Welche Befugnis liegt vor?

In welchem rechtlichen Rahmen findet das Angebot statt?

Wer übernimmt gegebenenfalls die Kosten?

## **Kurz zusammengefasst**

Psychologe, Psychotherapeut, Psychiater, Heilpraktiker für Psychotherapie und Coach sind keine austauschbaren Begriffe.

Sie beschreiben unterschiedliche Ausbildungen, unterschiedliche Aufgaben, unterschiedliche Befugnisse und unterschiedliche Grenzen.

Wer Hilfe sucht, sollte nicht erst im Kleingedruckten erkennen müssen, mit wem er eigentlich spricht.

Psychotherapie beginnt mit Verstehen. Manchmal beginnt dieses Verstehen schon damit, die Begriffe sauber auseinanderzuhalten.

## **Hinweis**

Dieses Dokument dient der allgemeinen Orientierung. Es ersetzt keine individuelle Diagnostik, keine persönliche Beratung und keine Prüfung des konkreten Einzelfalls. Entscheidend ist immer, welches Anliegen besteht, welche Qualifikation die jeweilige Person tatsächlich hat und in welchem rechtlichen Rahmen das Angebot stattfindet.