**Text: 832635\_Psychotherapie.docx**

**1. Prompting:**

Im Bereich der Barrierefreien Kommunikation und Inklusion wird "Einfache Sprache" definiert als eine klare und leicht verständliche Form der Sprache, die speziell für Menschen mit Lernschwierigkeiten, kognitiven Beeinträchtigungen oder geringen Lese- und Schreibfähigkeiten entwickelt wurde. Durch die Verwendung einfacher Wörter, kurzer Sätze, klaren Strukturen und unterstützender visueller Elemente wird versucht, komplexe Informationen so zugänglich und verständlich wie möglich zu machen. "Einfache Sprache" zielt darauf ab, die Teilhabe aller Menschen an Informationen, Bildung und gesellschaftlichem Leben zu verbessern und so eine inklusive Gesellschaft zu fördern.  
  
**2. Prompting:**

Psychotherapie: Was sie ist und wann sie helfen kann   
  
Manchmal bekommt man seelische Probleme wie Trauer, Angst oder Trauma. Dann kann eine Psychotherapie helfen. Es gibt verschiedene Arten von Psychotherapien, z.B. Psychoanalyse oder Verhaltenstherapie.   
  
Bei psychischen Problemen ist es wichtig, rechtzeitig Hilfe zu suchen. Wenn bestimmte Symptome lange anhalten, kann eine Psychotherapie nötig sein.   
  
Es gibt verschiedene Fachleute, die Psychotherapien durchführen dürfen: Psychiater, Psychologen und Psychotherapeuten. Sie alle haben spezielle Ausbildungen.   
  
Es gibt ambulante und stationäre Psychotherapien. Man kann auch online Hilfe bekommen. Die Wahl der Therapieform hängt von der individuellen Situation ab.   
  
Manche psychische Probleme erfordern eine schnelle Behandlung. In solchen Fällen spricht man von einem psychologischen Notfall.   
  
Es gibt vier Arten von Psychotherapien, die von Krankenkassen bezahlt werden: Verhaltenstherapie, Tiefenpsychologisch fundierte Therapie, Psychoanalytische Therapie und Systemische Therapie.   
  
Die Dauer einer Psychotherapie hängt von der Art der Therapie und der individuellen Situation ab. Man sollte sich wohl fühlen und Vertrauen zum Therapeuten haben. Es ist wichtig, offen über Wünsche und Bedenken zu sprechen.