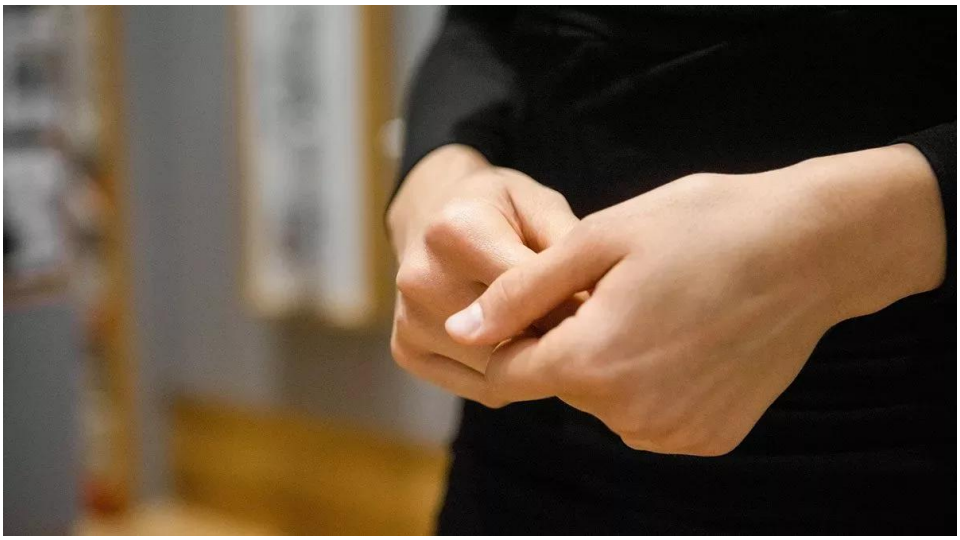
Psychotherapie ist eine Beziehung, eine gemeinsame Praxis - keine Ware

Menschen, die an Depressionen oder Verzweiflung leiden, haben einen akuten Bedarf an Therapie und Beratung. Wie kann die Therapie diese Bedürfnisse erfüllen, insbesondere wenn es sich weniger um eine Ware als um eine Beziehung handelt? Was bedeutet das genau? Die Therapie wird es nicht für Sie tun; Es wird Ihre Probleme nicht lösen, keine Heilung bewirken oder eine korrigierende oder medikamentöse Dosis verabreichen, um Ihren Geisteszustand oder die Bedingungen Ihres Lebens zu ändern. Von der Kurzzeitberatung oder symptomatischen Beratung über die über viele Jahre hinweg durchgeführte Tiefen- oder Hauptpsychotherapie bis hin zu allen dazwischen liegenden Phasen ist dies der Fall. …



Menschen, die an Depressionen oder Verzweiflung leiden, haben einen akuten Bedarf an Therapie und Beratung. Wie kann die Therapie diese Bedürfnisse erfüllen, insbesondere wenn es sich weniger um eine Ware als um eine Beziehung handelt? Was bedeutet das genau?

Die Therapie wird es nicht für Sie tun; Es wird Ihre Probleme nicht lösen, keine Heilung bewirken oder eine korrigierende oder medikamentöse Dosis verabreichen, um Ihren Geisteszustand oder die Bedingungen Ihres Lebens zu ändern. Von der Kurzzeitberatung oder symptomatischen Beratung über die über viele Jahre hinweg durchgeführte Tiefen- oder Hauptpsychotherapie bis hin zu allen dazwischen liegenden Phasen ist dies der Fall. Der Klient oder Patient kann nicht einfach erscheinen und Zeit in die Therapie investieren. Sie müssen auf echte, motivierte Weise mit Zweck, Anwendung und Beharrlichkeit teilnehmen. Dies ist keine einfache Angelegenheit, da wir Menschen mit einer Mischung aus Konflikten, Unterpersönlichkeiten, Stimmen sind, die nicht übereinstimmen und andere Stimmen und andere Sichtweisen modifizieren. Wir sind ein Nahkampf, ein Hieronymus Bosch-Bild von dem, was der Buddha Leiden nannte.

Inmitten all dieser widersprüchlichen Kräfte muss sich der Kunde wirklich ändern wollen. Eine der gängigen Antworten im Bereich der Psychotherapie, wenn keine Veränderung eintritt, ist Widerstand. Aber es ist ziemlich simpel, bevormundend und herabwürdigend, Widerstand als der Große zu leisten *Sinus qua non* des therapeutischen Strebens und Strebens, weil es die Hindernisse oder Blockaden darstellt, ohne die die Therapie nichts zu tun hat. Wir müssen Respekt haben, wenn ein Individuum eine Entscheidung trifft, egal auf welcher Ebene seines Bewusstseins, um an den emotionalen Verhaltensmustern festzuhalten, die es als Anpassung an das Überleben gelernt hat.

Es ist immer eine Frage der Wahl. Bewusst oder unbewusst wählen wir ständig und das ist eine der wesentlichen Erkenntnisse für eine effektive Therapiearbeit. Wenn wir letztendlich nicht für das verantwortlich wären, was in unserem Leben vor sich geht, könnten wir uns nicht ändern. Seit wir *sind* Letztendlich können wir durch Therapie, Selbstfindung und Bewusstseinsübungen etwas dagegen tun.

Und dies erfordert unsere bewusste Zusammenarbeit, denn die Therapie bietet keine Heilung, wie Medikamente beispielsweise behaupten können oder eine aktive Kraft auf uns, die passiven Empfänger therapeutischer Heilung, ausüben. Vielmehr müssen wir teilnehmen und mindestens so viel tun wie der Praktiker, den wir beraten. Als Kunden müssen wir möglicherweise *tun* Mehr. Es ist eine gemeinsame Praxis.

Als Therapeuten müssen wir uns in der Therapiepraxis unter dem Gesichtspunkt der persönlichen Beteiligung am Heilungsprozess des Klienten bewerten. Wenn wir zwischen den Sitzungen nachdenken oder versuchen, Probleme zu lösen oder Erkenntnisse zu gewinnen, zu träumen, zu phantasieren oder uns die Genesung unseres Klienten vorzustellen, übernehmen wir wahrscheinlich die Verantwortung für die Selbstheilung, die zu Recht dem Klienten gehört. Wir müssen damit aufhören, weil wir dem Kunden die Verantwortung abnehmen. Es manifestiert sich in unserem Ton, unserer Einstellung, wie wir uns dem Kunden nähern, mit ihm sprechen und mit ihm interagieren. Letztendlich kann es für den Klienten entmächtigend sein, obwohl es die Übertragung des Klienten sein kann, die eine Reaktion in uns hervorruft. Diese Übertragung kann zusammengefasst werden als „Pass auf mich auf“, „Tu es für mich“ oder „Ich kann nicht auf mich selbst aufpassen“. Daher ist es wichtig, dass wir dies zum richtigen Zeitpunkt beim Kunden in Frage stellen und nicht durch Reaktionen darauf einkaufen.

Heilpraktiker Psychotherapie

Heilpraktiker Psychotherapie finden Sie am besten in unserem kostenlosen Heilpraktiker Verzeichnis. Um alle Heilpraktiker Psychotherapie anzuzeigen, klicken Sie bitte hier.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki