Warum Therapie? Vier gute Gründe, einen Berater oder Therapeuten aufzusuchen

Warum gehen Menschen zu einem Therapeuten oder Berater? Hier sind die vier Ebenen der Therapie und Beratung, die Ihrem Leben fruchtbar und in einigen Fällen auf eine Weise zugute kommen, die Sie nur erraten können. Die erste Stufe ist die symptomatische oder problembasierte Beratung. Wenn Sie ein bestimmtes Problem haben, z. B. störende Alpträume, wiederkehrende Ekzeme oder Hautbeschwerden, Reizungen, Negativität oder Beziehungsprobleme, kann eine Beratung – normalerweise kurzfristig – von großem Nutzen sein. Das Ziel ist offensichtlich und klar: sich mit dem vorliegenden Problem zu befassen, nicht zu tief zu graben und eine Lösung zu finden, einen Weg durch, einen …

Warum gehen Menschen zu einem Therapeuten oder Berater? Hier sind die vier Ebenen der Therapie und Beratung, die Ihrem Leben fruchtbar und in einigen Fällen auf eine Weise zugute

kommen, die Sie nur erraten können.

Die erste Stufe ist die symptomatische oder problembasierte Beratung. Wenn Sie ein bestimmtes Problem haben, z. B. störende Alpträume, wiederkehrende Ekzeme oder Hautbeschwerden, Reizungen, Negativität oder Beziehungsprobleme, kann eine Beratung – normalerweise kurzfristig – von großem Nutzen sein. Das Ziel ist offensichtlich und klar: sich mit dem vorliegenden Problem zu befassen, nicht zu tief zu graben und eine Lösung zu finden, einen Weg durch, einen Weg, um das Problem zu überwinden. Normalerweise sollten 6 bis 10 Sitzungen ausreichen und mit einem effektiven Praktiker sollte die Arbeit erledigt werden.

Zweitens geht es um eine Therapie, die etwas tiefer geht als die erste Stufe der rein symptomatischen Beratung. Die Suche nach den zugrunde liegenden Ursachen für die Darstellung von Problemen ist also mit ziemlicher Sicherheit beteiligt. Zum Beispiel stellt ein Mann im mittleren Lebensalter, der unter einer Vertrauenskrise leidet, fest, dass seine Beziehung zu seinem herrschsüchtigen Vater die Ursache für seine heutigen Bedenken ist, die sich negativ auf sein Funktionieren am Arbeitsplatz auswirken. Oder in einem anderen Beispiel entdeckt eine Frau Ende dreißig, die feststellt, dass sie von jüngeren Männern angezogen wird, ihre unbelebte Jugend wieder, die sie wegen früher Sicherheit, Heirat und Mutterschaft einbüßte, als sie mit 19 das Haus verließ, um einen Mann zu heiraten, der materiell sicher war . Aber während er ihr finanzielle und materielle Sicherheit bot, war er nicht in der Lage, sie emotional und intim in der Beziehung zu treffen. In beiden Beispielen ist eine tiefere Ursache oder Assoziation der Schlüssel zur Lösung des Problems.

Drittens ist das, was als klassische Psychotherapie, Tiefenpsychotherapie oder große Psychotherapie bekannt geworden ist (so viele Namen!). Bei dieser Herangehensweise an die innere Arbeit geht der Klient (oder der Patient, wenn es sich um eine Analyse handelt) eine langfristige Verpflichtung mit

einem kompetenten Praktiker ein, dessen Ausbildung und Fähigkeit es ihm ermöglicht, kompetent durch das innere Terrain zur Quelle der Psyche des Klienten zu führen. Es können tiefe existenzielle Probleme auftreten wie: Wer bin ich? Was ist, wenn mein Zweck? Wie bin ich dazu gekommen? Und für die geistigen oder religiösen Neigungen, die Quelle des Seins oder eine Erfahrung der numinösen Dimension des Lebens.

Schließlich ist die vierte Ebene der Psychotherapie und Beratung transpersonal oder psycho-spirituell. Dies mag die vorherigen drei Ebenen umfassen, insbesondere die Tiefenpsychotherapie, aber es geht über Persönlichkeit, Charakter und damit verbundene Probleme hinaus in die spirituellen, transzendenten und göttlichen Bereiche menschlicher Erfahrung und Realität. Dieser Ansatz wird von vielen Menschen (einschließlich mir) als entscheidend angesehen, da er in direktem Zusammenhang mit Ökologie, politischem Streit und Ungerechtigkeit, Bigotterie, religiöser Intoleranz und Ignoranz steht. Es ist nicht nur die Absicht der psycho-spirituellen Therapie, den Klienten-Suchenden individuell zu erwecken, sondern auch die kollektive Menschlichkeit zu erwecken.

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