

Ist Psychotherapie wirksam, um Veränderungen und Transformationen herbeizuführen?

Hilft die Therapie den Menschen wirklich, sich zu verändern, oder handelt es sich nur um ein Placebo, eine Ersatzbeziehung, die denjenigen Trost bietet, die in der Außenwelt nicht in der Lage sind, gleichberechtigte Beziehungen aufzubauen? Die Therapie kann Menschen befähigen und befähigen, sich zu verändern. Aber wir müssen uns bewusst sein, dass es auf der inneren Reise viele Fallstricke, Echos von Illusionen und Täuschungen und viele Verführungen gibt. Wir müssen uns also sicher sein, dass sich dies ändert ist ändern und nicht nur vorgestellt. Also, wie können wir sind sicher? Die erste Regel ist, dass Sie es nicht alleine tun …



Hilft die Therapie den Menschen wirklich, sich zu verändern, oder handelt es sich nur um ein Placebo, eine Ersatzbeziehung, die denjenigen Trost bietet, die in der Außenwelt nicht in der Lage sind, gleichberechtigte Beziehungen aufzubauen?

Die Therapie kann Menschen befähigen und befähigen, sich zu verändern. Aber wir müssen uns bewusst sein, dass es auf der inneren Reise viele Fallstricke, Echos von Illusionen und Täuschungen und viele Verführungen gibt. Wir müssen uns also sicher sein, dass sich dies ändert *ist* ändern und nicht nur vorgestellt.

Also, wie *können* wir sind sicher? Die erste Regel ist, dass Sie es nicht alleine tun können. Sie müssen jemanden haben, dem Sie vertrauen – einen Therapeuten oder einen Berater -, der als Führer fungiert und den Sie auf authentische Weise kennenlernen dürfen. Ihr Therapeut muss sich mit Ihren Macken und insbesondere mit der Art und Weise vertraut machen, wie Sie Schwierigkeiten vermeiden, Geheimnisse verbergen, Ihr eigenes Wachstum und positive oder negative Eigenschaften sabotieren. Im Wesentlichen muss der Therapeut wissen, wer Sie unter Ihrem Charakter sind.

Wie kann ein Therapeut das tun, wenn wir selbst nicht wissen, wer wir unter unserem Charakter sind? Der Charakter wird auf verschiedene Weise kommuniziert, so wie das wesentliche Selbst auf verschiedene Weise ausgedrückt wird. Es ist die Aufgabe des Therapeuten, auf den ganzen Körper „zuzuhören“, psychisch, intuitiv, instinktiv und äußerst sensibel und rücksichtsvoll gegenüber dem Klienten. Der Klient hat möglicherweise keine Ahnung, was dem Therapeuten unbewusst mitgeteilt wird.

Einige Menschen haben versucht, sich durch Therapie und Beratung zu verändern und sind desillusioniert. Die Praxis der psycho-spirituellen Psychotherapie durch einen kompetenten Praktiker ist der spezialisierte, fokussierte Ansatz für Menschen, um dauerhafte, persönliche Veränderungen und Transformationen zu erreichen. Es gibt eine große Menge an Wissen, Philosophie, Forschung und natürlich Psychologie, die die Praxis der Psychotherapie unterstützen. Obwohl einige Praktizierende aus verschiedenen Gründen kompetenter sind als andere, und obwohl sich eine Person manchmal Veränderungen

wünscht, ohne zu wissen, dass ein anderer Teil von sich Veränderungen widersteht und gewinnt, können wir das Baby nicht mehr mit dem Badewasser hinauswerfen das Therapiefeld, als wir den Werkzeugkasten einfach wegwerfen sollten, weil einige von uns nicht wissen, wie man ihn benutzt.

Aber eine Therapie, die Hoffnung bietet, ist nicht wirklich genug für jemanden, der Veränderung will und zum Erfolg motiviert ist, oder der depressiv ist und einen Ausweg sucht oder selbstmörderisch ist und verzweifelt nach einer Antwort auf seine Angst sucht. Der erste Aspekt der Therapie, den wir verstehen sollten, ist, dass die Therapie keine Ware ist. Sie kaufen es nicht so, als würden Sie zu den Chemikern, den Lebensmittelhändlern oder den 7-Eleven gehen. Es ist im Wesentlichen eine Beziehung und es ist die Beziehung, die es funktioniert.

Der zweite Aspekt der Therapie, den wir verstehen müssen, ist, dass es entscheidend ist, den Fokus aufrechtzuerhalten. Der Therapeut sollte Sie auf Ihrem Weg halten und der Klient muss in der Lage sein, das relevante Material zu erkennen und bereit zu sein, daran zu arbeiten.

Die Beziehung ist entscheidend, weil wir in frühen, prägenden Beziehungen geschützt und verteidigt wurden. Durch unsere Beziehung zur Welt haben wir gelernt, uns zu verstecken und unsere Kreativität, Freude und Freude am Leben sowie die Realisierung unseres Potenzials einzuschränken. Daraus folgt, dass eine gesunde Beziehung, die unterstützend und pflegend, expansiv und herausfordernd ist, der Weg zu Veränderungen und persönlicher Transformation ist. Die Therapiereise ist ein Prozess, der sich im Laufe der Zeit entfaltet. Mit der richtigen Anleitung, der Qualität der Beziehung und dem gegenseitigen Respekt für die innere Reise ist eine Transformation möglich und in der Tat wahrscheinlich.

Heilpraktiker Psychotherapie

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

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki