



Jungsche Psychotherapie - Wir gehen alle in zu kleinen Schuhen

Die Jungsche Psychotherapie ist ein Stil der psychodynamischen „Gesprächstherapie“, der die gleiche theoretische Grundlage wie die Jungsche Analyse hat. Carl Jung, der Urheber dieses Therapiestils, war ein Zeitgenosse Freuds und teilte mit ihm den Glauben an die Kraft und Bedeutung unbewusster Prozesse bei der Gestaltung unserer Reaktionen … ein Verständnis, das seitdem durch kognitive Forschung gestützt wird. Ein jungianischer Therapieansatz kombiniert das beste aktuelle wissenschaftliche psychologische Wissen über menschliches Verhalten und Denkgewohnheiten und verwebt es mit einer respektvollen Wertschätzung der philosophischen und spirituellen Weisheit. Mitgefühl, nicht wertende Aufmerksamkeit und Empathie schaffen ein therapeutisches Umfeld, in dem Neugier, Selbstoffenbarung und Selbsterkundung …



Die Jungsche Psychotherapie ist ein Stil der psychodynamischen „Gesprächstherapie“, der die gleiche theoretische Grundlage wie die Jungsche Analyse hat. Carl Jung, der Urheber dieses Therapiestils, war ein Zeitgenosse Freuds und teilte mit ihm den Glauben an die Kraft und Bedeutung unbewusster Prozesse bei der Gestaltung unserer Reaktionen ... ein Verständnis, das seitdem durch kognitive Forschung gestützt wird.

Ein jungianischer Therapieansatz kombiniert das beste aktuelle wissenschaftliche psychologische Wissen über menschliches Verhalten und Denkgewohnheiten und verwebt es mit einer respektvollen Wertschätzung der philosophischen und spirituellen Weisheit.

Mitgefühl, nicht wertende Aufmerksamkeit und Empathie schaffen ein therapeutisches Umfeld, in dem Neugier, Selbstoffenbarung und Selbsterkundung sicher und unterstützt sind und in dem das Selbstverständnis wachsen kann. Die Jungsche Therapie beginnt mit einer sanften, aber nachdenklichen Diskussion über die Geschichte der Erfahrungen eines Individuums ... in seiner Herkunftsfamilie, seinem sozialen und beruflichen Leben und in aktuellen intimen Beziehungen. Wenn die Muster und Ursprünge vergangener Entscheidungen sichtbar werden, können alternative Richtungen berücksichtigt, implementiert und angepasst werden. Oft können alten Erfahrungen neue Bedeutungen zugeschrieben und eine bessere Beziehung zur Vergangenheit und den Menschen darin aufgebaut werden. Die Akzeptanz der Rolle, die wir bei der Schaffung der Dinge spielen, die wir erleben, weckt ein Gefühl der Entscheidungsfreiheit. Das Erkennen oder Wiederbeleben tief verwurzelter persönlicher Werte verleiht dem Leben Sinn und Zweck.

Die Berücksichtigung unbewusster Produkte wie Träume oder Fantasien und persönlicher künstlerischer Produktionen wie Zeichnungen, Gemälde, Fotografien oder Gedichte wird von einigen Personen verwendet, um ihr Verständnis für ihre persönlichen Anliegen zu vertiefen und ein Vokabular

persönlicher Metaphern zu entwickeln, die ihre eigene, einzigartige Erfahrung beschreiben und Bestrebungen. Der Vergleich persönlicher Erfahrungen mit alten menschlichen Erfahrungsmustern, wie sie für uns in Mythen, Legenden, heiligen Texten und Märchen aus der ganzen Welt konzentriert und verfeinert wurden, versichert uns als Individuen unserer essentiellen Menschlichkeit, indem wir sie im Vorbeigehen zeigen. Durch die Prüfungen und Erfolge unseres Lebens sind andere diesen Weg vor uns gegangen und haben Lösungen und Vorsätze gefunden.

Carl Jung hat einmal gesagt: „*Wir gehen alle in zu kleinen Schuhen.*“ Damit meinte er, dass wir oft eine zu eingeschränkte Sicht auf unser eigenes Potenzial hatten. Es scheint heute noch wahrer zu sein, dass wir uns mit einer zu materialistischen und engen Interpretation dessen zufrieden geben, was unser Leben enthalten kann und sollte. Jedes menschliche Leben ist komplex und faszinierend und viele Menschen sind tief bewegt und berührt in therapeutischen Gesprächen. Sie sind überrascht und verzaubert, ihre eigenen Tiefen zu entdecken und ihr eigenes Potenzial wiederzuentdecken.

Psychotherapie im Jungschen Modus ist ein großes Abenteuer, eine Suche und eine Öffnung für eine Welt der Wunder.

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