

Gesprächs-Psychotherapie

Autor/in: Oliver Schubbe, Familientherapeut



Die klientenzentrierte Psychotherapie wurde von Carl R. Rogers begründet und ist im deutschsprachigen Raum auch unter der Bezeichnung Gesprächspsychotherapie bekannt.

Die Theorie der Gesprächspsychotherapie geht davon aus, dass seelische Störungen in erster Linie dadurch entstehen, dass bestimmte Gefühle nicht gefühlt werden dürfen und bestimmte Erfahrungen, die wiederum mit bestimmten Gefühlen verbunden sind, nicht oder nicht vollständig gemacht werden dürfen.

Der therapeutische Prozess soll so gestaltet werden, dass bisher nicht oder nur unvollständig zugelassene emotionale Erfahrungen als Erfahrungen (an-)erkannt werden, die zum Selbst dazugehören. Der Gesprächspsychotherapeut ist in hohem Maße am Klienten selbst interessiert, d. h. an seinem Erleben, Fühlen und Denken. Er will wissen, wie der Klient sich und die Welt sieht und erfährt.

Dem therapeutischen Verfahren liegt die Annahme zugrunde, dass Interpretationen des Therapeuten dem Klienten Angst machen. Der Klient kann nur durch eigene Erfahrung zu einer Einsicht gelangen. Er muss die Einsicht also selbst gewinnen.

Im Therapieprozess soll der Klient durch Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen von einem unfreien Umgang mit den eigenen Gefühlen und Beziehungen zu einem offenen und unmittelbaren Selbsterleben gelangen.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten