

Therapieverfahren

Tiefenpsychologisch
Psychodynamische
Verfahren:

Konzept:

Theorie der
Psychodynamik
des
Unbewussten

Ziel:

innerpsychischen
Konflikt erkennen
und bearbeiten

Methoden:

- Hypnotherapie
- Kurz- und
Fokaltherapie
- Familientherapie

Humanistisch-
existenzielle
Verfahren:

Gestalttherapie:
nach Fritz Perls

Psychodrama:
nach Moreno

Logotherapie:
nach Viktor Frankl

Anpassungsprozesse
sind gestört

Therapie in der Gruppe
durch die Gruppe
für die Gruppe
und der Gruppe

Grundannahme:

Mensch ist
existentiell auf
Sein ausgerichtet

Ziel:

Herstellung einer
inneren und äußeren
dialogischen Offenheit

Ziele:

- Änderung
von
Verhalten
- Bedürfnisse
erkennen

Grundannahme:

Angeborene Selbstver-
wirklichungs- und Ver-
vollkommnungstendenz
auf
Psychodramabühne

Ziel:

Aktivierung und
Integration von
Spontaneität
und Kreativität

**wissenschaftliche
Gesprächspsychotherapie:
nach Carl Rogers**

Grundhaltung des Therapeuten:

- bedingungsfreie
Wertschätzung
- Kongruenz von
Selbst- und Idealbild:
Echtheit/Authentizität
- Empathie:
Einführendes Verstehen

Technik:

schaffen von
Bedingungen,
die es dem KlientenIn
ermöglicht, sich zu öffnen

verbalisieren:

in eigenen Worten wiederholen,
was die emotionalen Konflikte
des KlientenIn sind

Ziel:

Aktivierung der
Selbstheilungskräfte

körperorientierte Technik:

**Focusing:
nach Gendlin**
gefühlte Bedeutung / felt sense
erkennen

Verhaltens-
psychotherapie

Verhalten
ist gelernt

Erkennen und Ändern
von Verhaltensmustern,
Störungsspezifische
Anwendung von
Methoden

Technik:

- Verhaltensanalyse
- Exposition /
Konfrontation
- Rollenspiele

Ziele:

- Kognitive
Umstrukturierung
- Selbstkontrolle um
Handlungsfähigkeit
erweitern
- Angstbewältigungs-
training
- Stärkung von sozialen
Kompetenzen

Systemische Methoden:

- Familienaufstellungen
- Familientherapie

Körperorientierte Methoden:

- Tanztherapie
- Bioenergetik
nach Lowen
- Musiktherapie
- Kunsttherapie

neuere Verfahren:

- Traumatherapie
- EMDR**
eye movement Desensitization
and Reprocessing
- Innere Kindarbeit