



Meine Arbeit

Jeder Mensch ist eingebettet in verschiedene soziale Zusammenhänge (Familie, Verwandte, Freundeskreis, Arbeitskolleg/inn/en), in denen er auf andere bezogen ist und sich in Ihnen entwickelt.

Vor diesem Hintergrund geht es mir neben dem Verständnis des jeweiligen Problemzusammenhangs und den Auslösebedingungen des problematischen Verhaltens um die Aktivierung von alternativen Handlungsmöglichkeiten, Verhaltensweisen und Entwicklungsprozessen. So wird eine Lösung des Problems ermöglicht. Damit allerdings ein Problem gelöst werden kann, ist es notwendig, die Fähigkeiten und Kompetenzen, die Sie schon in verschiedenen problematischen Situationen gezeigt haben, in Erfahrung zu bringen. Hierdurch wird deutlich, welche Verhaltensweisen, Haltungen und Denkweisen besonders hilfreich für Sie (gewesen) sind und wie Sie sie wieder nutzen, aktivieren und verstärken können.

Es hat sich ebenfalls gezeigt, dass je nach Problematik auch längere Zeitabstände zwischen den einzelnen zeitlich nicht begrenzten Therapiesitzungen sehr hilfreich sein können, um Veränderungen des Problems in Richtung auf das von Ihnen gewünschte Ziel festzustellen und zu bestärken.

Darüber hinaus stehe ich meinen Klienten in Notsituationen auch jederzeit telefonisch zur Verfügung, da meine praktische Erfahrung gezeigt hat, dass manchmal nur wenige Worte oder das In-Erinnerung-Rufen des in der Therapie erarbeiteten, helfen kann, eine schlimme Krise zu überstehen.

Die Gespräche und schriftlichen Notizen unterliegen selbstverständlich der Schweigepflicht.