

Uschi Rawert

Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Roggenkamp 6 · 33415 Verl

Telefon: 05246 - 9678737

Mobil: 0160 96235635

E-mail: info@uschi-rawert.de

Net: www.uschi-rawert.de



Psychotherapie

Psychotherapie ist die Behandlung von seelischen Problemen mit Krankheitswert wie z. Bsp. Depressionen, Ängste, Zwänge, Essstörungen oder psychosomatische Erkrankungen, um nur einige zu nennen. Sie nutzt eine Vielzahl an Beeinflussungsmöglichkeiten, die darauf ausgerichtet sind, Handlungen und Reaktionsweisen des Hilfe suchenden Menschen derart umzuformen, dass er sich von seinem Leidensdruck befreien kann.

Die drei bekanntesten Therapieverfahren sind

- **die Verhaltenstherapie**
- **die Psychoanalyse**
- **die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie**

Verhaltenstherapie ist ein übendes Verfahren mit der Zielsetzung, erlernte Verhaltensweisen, die Leiden hervorrufen, zu verändern. Sie ist eine gedanken- und handlungsorientierte, problembezogene Therapieform.

Die **Psychoanalyse** sucht die Ursachen und Lösungen von Problemen eher im Unbewussten.

Um dieses aufzudecken nutzt Sie als Methode in der Regel die freie Assoziation sowie die Traumdeutung. Ferner dient der/die Therapeut/in, der/die sich stets neutral verhält, als Projektionsfläche für die Emotionen des Patienten/der Patientin.

Tiefenpsychologisch fundierte Therapie wie ich sie in meiner Praxis anwende, konzentriert sich auf die Klärung der dem Leidensdruck zugrundeliegenden Ursachen. Diese sind vielfach tief im Unbewussten des Hilfe suchenden Menschen zu finden. Erlebniseröffnende Methoden helfen, dem Bewusstsein nicht mehr zugängliche, oftmals tief in der Vergangenheit liegende Hintergründe und Auslöser der Beschwerden zu ermitteln und Leidensdruck aufzulösen. Die Auseinandersetzung mit dem Beziehungsgeschehen zwischen Therapeut/in und Patient/in steht ebenfalls im Focus der Therapie und unterstützt darin, Verhaltensweisen, Einstellungen sowie Werte und Normen, die Leidensdruck verursachen, herauszufinden und zu verwandeln.

Psychotherapie für Erwachsene darf im Sinne der Heilkunde nur ausgeübt werden von

- **Ärztlichen Psychotherapeuten**
- **Psychologischen Psychotherapeuten und**
- **Heilpraktikern beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie**

Bei Heilpraktikern beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie werden die Kosten nur in Ausnahmefällen von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Die Privatkassen übernehmen die Kosten je nach Vertragsgestaltung. Bei Unsicherheiten wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse.

