



Was ist Psychotherapie

Psychotherapie ist ein Behandlungsverfahren zur Heilung und Linderung von emotionalen, seelischen, geistigen und psychosomatischen Leidenszuständen mit Hilfe wissenschaftlich fundierter Methoden. Basis ist eine stabile Beziehung zwischen KlientIn und TherapeutIn. Neben klärenden, stützenden und nährenden Gesprächen kommen je nach Therapiemethode unterschiedliche therapeutische Techniken zum Einsatz. In der Integrativen Therapie sind dies Kreative Medien, Rollenspiele, körperbezogene Interventionen, Klang und systemische Visualisierungstechniken.

Die Definition nach dem Psychotherapiegesetz lautet: "Psychotherapie ist die Behandlung psychisch, emotional und psychosomatisch bedingter Krankheiten, Leidenszustände oder Verhaltensstörungen mit Hilfe psychologischer, d. h. wissenschaftlich fundierter Methoden durch verschiedene Formen verbaler und nonverbaler Kommunikation."