



Psychotherapie hilft! - Auch in der Trauer



Geschrieben von Topaloglou/Tschugguel am 15. September 2011. Veröffentlicht in [Gesundheit](#)

Gefällt mir 0 [Tweet](#)



Wiener Landesverband für Psychotherapie bietet Information und Beratung am 3. Tag der Seelischen Gesundheit

Wien (OTS) - Sich Psychotherapie vorzustellen ist gar nicht einfach! Dabei kommt es bei nahezu jeder vierten Person im Verlauf ihres Lebens mindestens einmal zu einer seelischen Erkrankung oder psychischen Störung. Die Tendenz steigt. Unbehandelt können diese Leiden und Störungen in Langzeitkrankenstände und Frühpensionierungen münden.

Andererseits zeigen Studien im deutschsprachigen Raum, dass manchmal selbst ExpertInnen der Gesundheitsberufe den Unterschied zwischen Psychiatrie, Psychologie, Psychoanalyse und Psychotherapie gar nicht so genau kennen. Etwas nicht zu kennen, kann unheimlich sein, kann ängstigen. Oder kann dazu führen, sinnvolle Lösungen für unsere psychische Gesundheit nicht in Erwägung zu ziehen!

PSYCHOTHERAPIE ist ein Heilverfahren - eine Krankenbehandlung für seelische Leidenszustände und psychosomatische Störungen. Diese Leiden können psychosoziale (familiäre, berufliche usw.) und/oder somatische (psychisch-körperliche) Ursachen haben. Darüber hinaus hilft Psychotherapie zwischenmenschliche Konflikte zu bewältigen und die eigene, persönliche Entwicklung zu fördern. In Österreich gibt es zurzeit 22 methodisch anerkannte Psychotherapierichtungen. Grob eingeteilt umfassen sie vier Strömungen: tiefenpsychologisch-psychodynamische, humanistische, systemische und verhaltenstherapeutische. Liegt eine seelische Krankheit vor, leisten die Krankenkassen für psychotherapeutische Krankenbehandlungen nach Antragsstellung einen Kostenzuschuss. In begrenzter Anzahl sind auch volle Psychotherapieplätze auf Krankenschein möglich.

PSYCHOTHERAPEUTINNEN kommen aus unterschiedlichen "Quellenberufen" (z.B. Medizin, Psychologie, Pädagogik, Psychotherapiewissenschaft, Sozialarbeit usw.). Zudem verfügen sie über eine mindestens sechsjährige, allgemeine und fachspezifische Ausbildung und eine eigene Lehrtherapie samt umfangreicher Selbsterfahrung. Psychotherapie ist eine Tätigkeit zwischen Wissenschaft und Praxis und wird durch das Österreichische Psychotherapiegesetz (Bundesgesetzblatt Nr. 361/1990) des Bundesministeriums für Gesundheit definiert und geregelt. Sie ist eine fundierte Krankenbehandlung, die hilft, seelische Erkrankungen zu heilen oder zu mildern und/oder gestörte Verhaltensweisen zu verändern. Psychotherapie wird je nach Methode durch ein konkretes Begegnungs- und Beziehungsangebot zwischen PsychotherapeutIn und KlientIn/PatientIn getragen. Meist findet Psychotherapie in Form von Gesprächen statt. Je nach Methode werden gezielte Übungen stützend eingesetzt.

Die WIRKUNG einer Psychotherapie hängt durch ihre umfassende, bewusste und geplante Behandlung sowohl in der Qualität als auch im Umfang von ihrem spezifisch psychotherapeutischen Vorgehen ab. Als ein allgemeines und methodenübergreifendes Ziel kann die "aktive Hilfe zur Problembewältigung" angenommen

werden. Darüber hinaus kann die persönliche Passung zwischen KlientInnen/PatientInnen und PsychotherapeutInnen sowie die gewählte Methode für eine effektvolle Psychotherapie ausschlaggebend sein.

Am 17. September 2011 findet anlässlich des internationalen World Mental Health Day der 3. TAG DER SEELISCHEN GESUNDHEIT im WIENER RATHAUS von 10.00 - 19.00 Uhr statt - organisiert vom Krankenanstaltenverbund und den Psychosozialen Diensten Wien. Der Wiener Landesverband für Psychotherapie (WLP) bietet im Rahmen dieser Veranstaltung Information und Beratung über Psychotherapie. Vielleicht eine Gelegenheit als Interessierte, Betroffene oder Angehörige psychische Erkrankungen besser zu verstehen? Vielleicht auch eine Möglichkeit persönliche Vorstellungen über Psychotherapie mit PsychotherapeutInnen vor Ort zu diskutieren? Oder auch, sich bewusst zu machen, dass psychische Gesundheit nichts Selbstverständliches ist?

Rückfragehinweis:

Wiener Landesverband für Psychotherapie (WLP)

Leonore Lerch

Vorsitzende des WLP

Tel.: 01/912 28 65

mailto: wlp.lerch@psychotherapie.at

www.psychotherapie.at/wlp

Link:

Österreichischer Bundesverband für Psychotherapie (ÖBVP):

www.psychotherapie.at

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/1052/aom>

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLIESSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT ***

 Gefällt mir  Tweet



Komentieren via ...

 Soziales Plug-in von Facebook

Ressort

Trauer/Trauerarbeit

Bestattung/Rituale

Friedhof/Krematorium

Kurioses

Kommentare

Politik/Recht

Leben & Tod

Thanatologie

Gesundheit

Ausland

Impressum

Powered by [Aspetos](#)