

WAS DEN MENSCHEN GLÜCKLICH MACHT!

Integrative Psychotherapie in Leoben

MAG. EDITH HAIDACHER

Ein Aspekt der Gesundheit ist die seelische und psychische Gesundheit. Körper und Seele stehen in engem Zusammenhang und können nicht voneinander getrennt gesehen werden. In der Psychotherapie können psychosozial und / oder psychosomatisch bedingte Leidenszustände gebessert und seelische Belastungen und Lebenskrisen bearbeitet werden. Darüber hinaus geben Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten Unterstützung in Persönlichkeitsentwicklung und Gesundheitsförderung.

EINE LANGE ENTWICKLUNG

Die Wurzeln der Psychotherapie reichen zurück bis in die antike Medizin. Es gab schon immer Menschen, die durch Worte und Werke psychische, körperliche und zwischenmenschliche Beeinträchtigungen zu mildern versuchten. Die Medizin der Antike kannte Heiltempel, die den Menschen, vom Leibe ausgehend, in seiner sinnhaften Wahrnehmungsfähigkeit und mit all seinen Ausdrucksmöglichkeiten in das Behandlungsgeschehen einbanden: Bewegung, Musik, Tanz, Drama, Farbe, Ton und so weiter kamen zur Anwendung. Die moderne integrative Therapie schließt in ihrer Arbeit mit dem Leib und den kreativen Methoden bewusst an diese Tradition an. Dabei ist das zentrale Anliegen, dass sich der Mensch in seiner bio-psycho-sozial-spirituellen Komplexität besser verstehen lernt und seine ihm innewohnenden Selbstheilungskräfte entfalten kann.

DIE SPRACHE DER SEELE VERSTEHEN

Seelisches Erleben spiegelt sich im ganzen Leib, also im Gehirn, im Herzen (Herzschlag), der Lunge (Atem), Bauch (Sonnengeflecht), in der Haut (Erröten und Erbleichen). In der psychotherapeutischen Arbeit werden innere Konflikte, Spannungen, Verhaltensmuster und Gefühle durch die achtsame Atmosphäre ins Bewusstsein gehoben. Die Seele wird durch das „Zwischen“ in der therapeutischen Beziehung aus der verborgenen Tiefe geboren, das Erleben weitet sich und der Mensch wird freier und autonomer in seinen Lebensmöglichkeiten.

HILFE, WENN ES SCHMERZT

Viele Menschen leiden heute unter Erschöpfung, Schlafstörungen, Angstzuständen, Gefühlen von Getriebensein oder Sinnlosigkeit. In einer vertrauensvollen therapeutischen Beziehung entdecken wir gemeinsam, wie wir mehr Achtsamkeit für das eigene leibliche Geschehen entwickeln können, wie wir den Organismus in seiner Selbstregulationsfähigkeit unterstützen können, welche Energiesauger uns krank machen und welche Kraftquellen wir uns für Gesundheit und Lebensfreude erschließen wollen. ④

Weitere Kontaktstellen für Psychotherapie in Leoben:

Beratungszentrum LIBIT: Tel.: 03842-470 12

Institut für Familienberatung und Psychotherapie der Diözese Graz-Seckau: Tel.: 03842-451 51



Respekt und Vertrauen



Vielfältige, kreative therapeutische Methoden



Praxis für Psychotherapie
Lebensberatung • Psychosomatik • Spirituallität

Mag. phil. Edith Haidacher MAS

Mag. phil. EDITH HAIDACHER MAS

8700 Leoben

Windischbergweg 15

Mobil 0650/ 253 40 68

www.haidacher.cc