

# Psychotherapien I.

Grundbegriffe

Prof. László Tringer

# Definition der Psychotherapie

- Therapeutischer Eingriff mit Hilfe von
  - unmittelbarer
  - menschlicher
  - Kommunikation

# Ziel der Psychotherapie in neurobiologischer Verfassung

- Neustrukturierung der neuralen Netzwerke im subkortikalen-limbischen System, die für die unbewussten emotionellen und motivationellen Dispositionen verantwortlich sind.

# Zwei Ebene der psychotherapeutischen Ausbildung

- 1) Grundbedingungen
- 2) Methodenspezifische Techniken



# Psychotherapie unter den helfenden Beziehungen

- Pädagogik, Heilpädagogik, Pädagogische Beratung
- Seelsorge
- Psychologische Beratung
- Eltern-Kind-Beziehung
- Meister-Schüler-Beziehung

# Traditionelle Eigenschaften der helfenden (asymmetrischen) Beziehungen

<b>Helfende Person</b>	<b>Geholfene Person</b>
stark	schwach
bestimmend	nachfolgend
herrschend	unterordnet
allwissend	unwissend
frei	begrenzt
ausgeglichen	labil
widerstandsfähig	verletzbar

# Die nötigen und genügenden Bedingungen der Psychotherapie nach Carl R. Rogers

- Empathie – Verbalisation
- Bedingungslose Akzeptierung
- Kongruenz

# Faktoren der Empathie

- Anleihen an die Klientenerklärungen
- Sprachliche Elastizität
- Sensibilität für innere Inhalte
- Aktive Teilnahme des Therapeuten
- Offenheit - Geschlossenheit
- Konkretheit der Erklärungen
- Klarheit der Erklärungen

Eckert, Schwartz,  
1973

# Faktoren der bedingungslosen Akzeptierung

- Emotionelle Zuwendung
- Interesse für den Klienten
- Toleranz

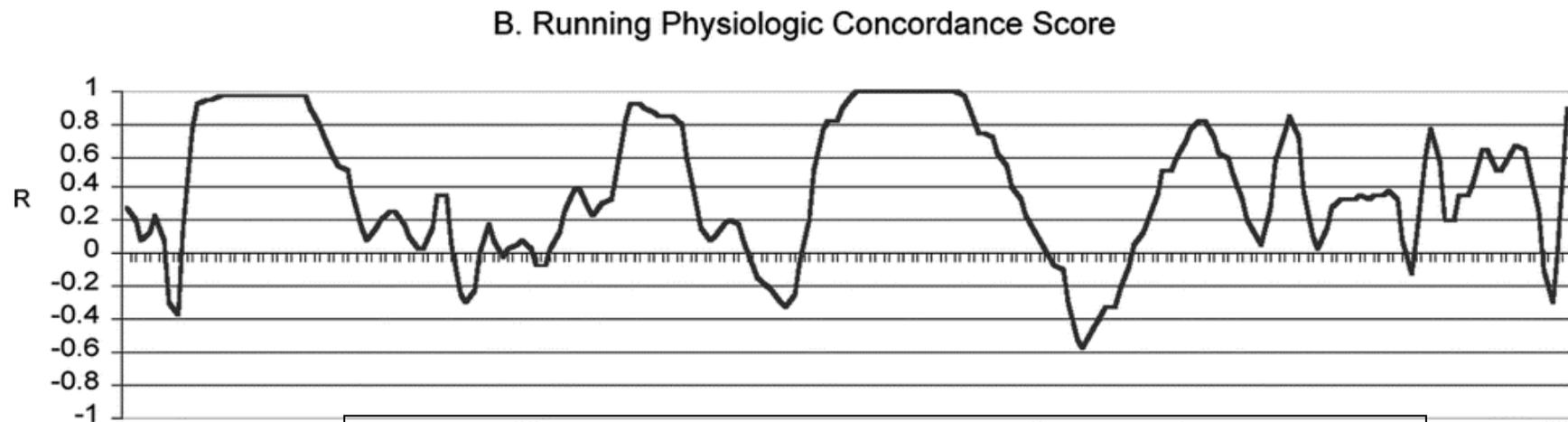
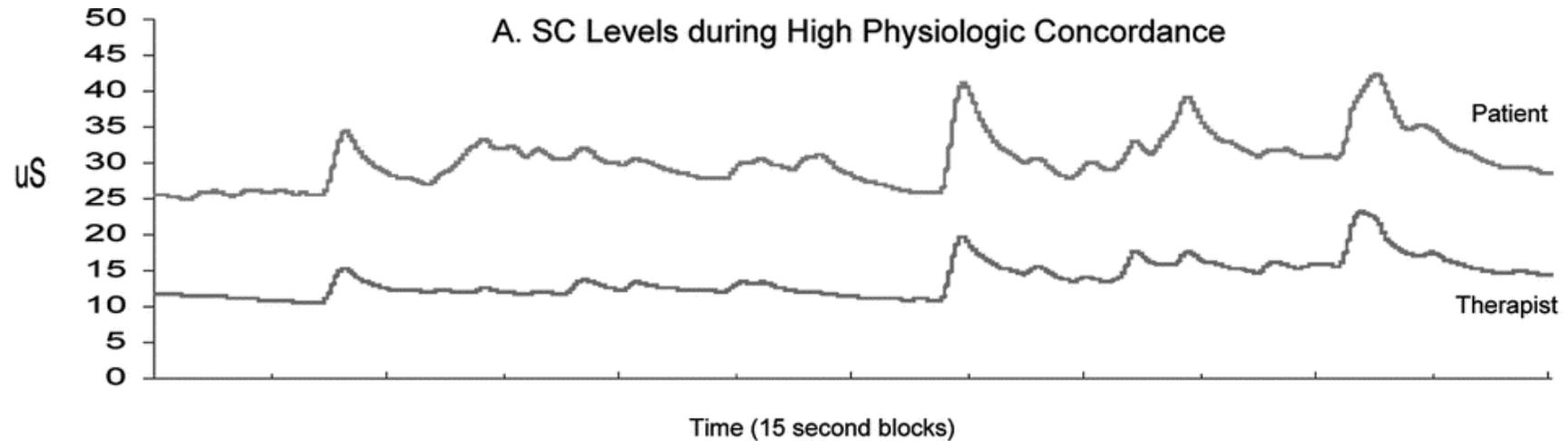
Helm, 1978

# Faktoren der Selbstexploration

- Formulierung von Gefühlen und emotionellen Zuständen
- Beschäftigung mit dem Selbstbild
- Entfaltung von eigenen Zielen und Wünschen

Jülich, 1974

# Konkordanz des Hautwiderstandes



Marci CD et al. J Nerv Ment Dis 195(2): 103-111. 2007

# Drei Hauptströmungen der Psychotherapien

