

Gesprächstherapie

Seit der Eröffnung unserer allgemeinmedizinischen Praxis im Jahr 1990 ist es unser Anliegen, uns eingehend mit unseren Patienten zu beschäftigen, denn nur dadurch kann echtes Vertrauen wachsen, ohne das eine wirkliche Hilfe des Not leidenden Patienten nicht möglich ist. Bedingt durch die langjährigen Erfahrungen in intensiver Gesprächsführung und verstärkt durch viele entsprechende Psychotherapiekurse kann Ihr Hausarzt Ihnen, wenn erwünscht, bei vielen seelischen und psychosomatischen Problemen weiterhelfen.

Im Mittelpunkt der tiefer gehenden Gespräche steht dabei die kognitive Verhaltenstherapie. Gemäß des Mottos "So wie der Mensch denkt, so ist er" werden in dieser Therapie die (falschen) Gedankenabläufe des Patienten analysiert und - wenn möglich - direkt ab dem ersten Gespräch mit (im gegenseitigen Einverständnis) vereinbarten Hausaufgaben systematisch (positiv) beeinflusst. Häufig kann der/die Betroffene mit Hilfe der Wegweisung des Therapeuten die Probleme Schritt für Schritt anpacken und damit alsbald eine wesentliche Besserung des Allgemeinbefindens erringen. Entscheidend ist dabei die Bereitschaft zur Selbsteinsicht und zur Veränderung. Massive Probleme, auch solche, die unlösbar scheinen, können durch einen erlernbaren anderen Umgang zumindest wesentlich weniger stark belasten. So kann zum Wohlbefinden/zur Gesundung beigetragen werden, denn ein gesunder Leib steht in direktem Zusammenhang mit einer gesunden Seele.

Der Dienstagnachmittag ist speziell für diese Gespräche reserviert. Gelegentlich werden auch mittags oder an anderen Abenden (nach der normalen Sprechstunde) vereinbart. Bitten Sie dann um einen "Termin zum Gespräch".