



Was wir sehen ist nicht,
was wir sehen,
sondern was wir sind.

Fernando Pessoa

Unser Konzept

Der Begriff „Psycho-Somatik“ beschreibt die dauerhafte Wechselwirkung zwischen körperlichem und psychischem Geschehen, also vergleichbar mit einer lebenslangen Wohngemeinschaft ohne Kündigungsoption. Dementsprechend beinhaltet unser

Verständnis eines psychosomatischen Konzeptes eine besondere Beachtung dieser Beziehung. Aus diesem Grund integrieren wir in Absprache mit Ihnen verschiedene, wissenschaftlich fundierte Therapieverfahren in Ihren persönlichen Behandlungsplan.

Wir arbeiten...

... **tiefenpsychologisch**, weil es heilsam ist, die eigene, seelische Grundstruktur zu erkennen und zu begreifen, wie diese unsere Haltung zur Welt erzeugt.

... **systemisch**, weil es eine Herausforderung für jeden Menschen darstellt, die Entwicklung innerer und äußerer Freiheit in Einklang mit den unterschiedlichen sozialen Systemen zu bringen, in die wir alle eingebunden sind.

... **imaginativ-hypnotherapeutisch**, um die Fähigkeit, unseren inneren Bildern Form und Gestalt zu geben, nutzbar zu machen.

... **verhaltenstherapeutisch**, weil unser Denken und unser Handeln Auswirkungen hat.

... **mit dem „Egostate-Gedanken“**, weil es hilfreich ist, wenn unser „inneres Team“ konfliktminimiert und konstruktiv zusammenarbeitet.

... **körpertherapeutisch**, weil Erleben das Erlebnis der permanenten Wechselwirkungen zwischen körperlichen, emotionalen und kognitiven Prozessen ist.

... **gruppentherapeutisch**, um Wirkung und Auswirkung eigenen Verhaltens im sozialen Kontext erkennen und gestalten zu können.

... **kreativtherapeutisch**, um Ihnen ein nonverbales Experimentierfeld und einen erweiterten Erlebnisraum zu bieten.

... **pharmakologisch**, wo es medizinisch und für Ihren Heilungsprozess erforderlich ist.

... **sport-, physio- und manualtherapeutisch**, damit sich Ihr somato-psychisches Funktions-, Bewegungs- und Aktivitätsniveau verbessert.

... **mit Bio- und Neurofeedback**, weil man mit diesen computergestützten Verfahren lernen kann, das eigene Befinden aus eigener Kraft gezielt und heilsam zu beeinflussen.