



Veröffentlicht auf (<https://www.liebesexundtherapie.at>)

Startseite > Sexualtherapie Wissen > Einführung in PD-Sexualtherapie

Einführung in PD-Sexualtherapie

Eine praxisnahe Einführung von Dr. Monika Bachler

Im Psychodrama stehen die ganz alltäglichen Szenen Ihres Lebens im Mittelpunkt. In der Sexualtherapie natürlich die Szenen Ihres Liebeslebens: Was spielt sich ab und wer spielt mit? Führen Sie Regie oder spielen Sie im Spiel des anderen/der anderen mit? Welche Rollen nehmen Sie ein und wie gestalten Sie diese? Zentral bei all diesen Fragen ist natürlich: Wie fühlt sich das alles an? Welche Gefühle, Bedürfnisse, Wünsche gibt es und wie gehen Sie mit ihnen um – auch wenn sie irritierend oder konkurrierend sind? Welche Impulse zur Veränderung spüren Sie oder möchten Sie im geschützten Rahmen ausprobieren?

Zentral in der (Sexual)therapie ist natürlich die Symptomatik, unter der sie leiden. Im Psychodrama sehen wir in Ihren Symptomen ungeschickte Versuche, mit einer Überforderung, mit Ängsten, mit Kränkungen, usw. umzugehen. Psychodramatherapie ermöglicht Ihnen, Ihre Persönlichkeit, Ihre Sexualität und ihre Paarbeziehung weiter zu entwickeln. Krisenhaftes Geschehen ist immer ein Zeichen, dass ein nächster Entwicklungs- und Reifungsschritt ansteht.

Von wesentlicher Bedeutung im Psychodrama ist die Begegnung: im Zentrum steht das, was im Menschen und zwischen Menschen, Paaren, Familien und Systemen stattfindet. Wenn wir über belastende Situationen im Außen sprechen, interessiert uns im Psychodrama immer, was sich innerlich in Ihnen abspielt. Dieses Innenleben (z.B. innere Konflikte zwischen sich widersprechenden Gefühlen oder Anteilen) wird nach außen auf die „Bühne“ (ein Teil des Raumes) gebracht und wird somit bearbeitbar, besprechbar, spürbar, veränderbar.

Psychodrama kommt als psychotherapeutisches Verfahren in der Einzel-, Paar- und Gruppentherapie erfolgreich zur Anwendung und ist eine wissenschaftlich fundierte und anerkannte Psychotherapierichtung. Eine Vielzahl an Arrangements – neben dem therapeutischen Gespräch – stehen zur Verfügung: Szenisches Spiel, Rollenspiel, Traumarbeit, Aufstellungsarbeit, Arbeit mit Symbolen und vieles mehr. Die Therapeutin/der Therapeut nimmt die Rolle eines verlässlichen und kritischen Begleiters/Begleiterin ein, der/die wertschätzend Rückmeldungen gibt und Veränderungsimpulse aufgreift. Gemeinsam erforschen und erfüllen wir Hintergründiges (Beziehungsmuster, Ressourcen, Glaubenssätze, Traumata) – zentral dabei sind die Eigenverantwortlichkeit und Autonomie der KlientInnen. Er/sie bestimmt, was Thema ist, die Bedürfnisse der KlientInnen stehen im Vordergrund – und nicht etwaige schnelle

Lösungsversuche, die im echten Leben nicht umgesetzt werden können.

Psychodrama ist ein Verfahren, das die Kreativität der Menschen betont und fördert. Jeder Mensch trägt eine schöpferische Kraft in sich, die zur Weiterentwicklung und Gesundheit beiträgt.

Für Interessierte zum Weiterlesen:

Psychodrama-Therapie. Grundlagen, Methodik und Anwendungsgebiete. Wolfram Bender, Christian Stadler. 2012, Schattauer Verlag.

AutorIn:

Dr. Monika Bachler, www.monikabachler.at [1]



No votes yet



copyright by liebesexundtherapie.at - Verwendung der Inhalte nur zu privaten Zwecken

Links

[1] <http://www.monikabachler.at>

[2]

<https://www.addtoany.com/share?url=https%3A%2F%2Fwww.liebesexundtherapie.at%2Fcontent%2Fpsychodramasexualtherapie%2Fpraxiseinf%25C3%25BChrung&title=Einf%25C3%25BChrung%20in%20PD-Sexualtherapie>