

Die klassische Psychoanalyse geht auf Sigmund Freud (1856 - 1939) zurück. Er ging davon aus, dass jeder Mensch ein "Grundmuster" entwickelt hat, das wichtige Eigenschaften und Verhaltensweisen enthält, wie er sich z. B. in Beziehungen und bei Konflikten verhält. Diese Grundmuster sind in Ihrem Unterbewusstsein stark verankert und beeinflusst Ihr tägliches Denken und Handeln. Das bedeutet, dass Sie immer wieder auf dieselbe Weise mit Konflikten und Situationen umgehen, ohne dass Sie sich dessen bewusst sind.

Die Psychoanalyse zählt zu den "aufdeckenden" Therapien. Diese versuchen Ihnen als Klient ein vertieftes Verständnis der ursächlichen (meist unbewussten) Zusammenhänge Ihres Leidens zu vermitteln - was oft mit dem Begriff der Einsicht verbunden ist. Dabei ist es nicht so, dass eine rationale Einsicht das Ziel der Therapie darstellt. Vielmehr ist es die Umstrukturierung verschiedenster Grundmuster, Überzeugungen und Glaubenssätze die angestrebt werden. Insbesondere wird bei diesem Therapieverfahren auf Ihr Gefühlsleben in den jeweiligen Bereichen, das zur Aufrechterhaltung Ihrer Symptomatik und Persönlichkeitseigenschaften beiträgt eingegangen. Ziel ist es dieses in ein für Sie positives Gleichgewicht zu bringen und Ihren "alten" Grundmuster und Glaubenssätze durch neue Paradigmen zu ersetzen.