



WAS VON EINEM THERAPEUTEN GEWÜNSCHT WIRD

Beatrice Kucera, Oktober 2022



Klienten wünschen sich laut einer Studie von Hermer & Röhrle von ihrem Psychotherapeuten Vertrauen, Einfühlungsvermögen, Sympathie, genügend Zeit, ein lösungsorientiertes Vorgehen sowie einen respektvollen Umgang. Ebenfalls sollten die Bedürfnisse nach Orientierung und Kontrolle, nach Bindung, nach Lustgewinn und Unlustvermeidung und nach Selbstwerterhöhung beachtet werden.

Ganz wichtig ist eine **verlässliche, vertrauenswürdige, empathische, wertschätzende** Bezugsperson darzustellen, damit sich eine gute **therapeutische Beziehung** entwickeln kann.

„Manchmal brauchst du nicht unbedingt eine Koryphäe, um zu genesen, sondern jemanden, der sich mit dir und mit dem du dich zurechtfindest.“ Tilmann Moser

„So wie man in den Wald hineinruft, so schallt es heraus.“ Volksweisheit

Ebenso ist es von Vorteil, auf eine **Balance zwischen unangenehmen und angenehmen Inhalten und Gefühlen** in der Therapie zu achten. Dies wird entweder mit Pausen zwischen den Konfrontationen bewirkt oder durch Teilung der Sitzung in Einheiten.

Aufgrund der flexiblen Zeitgestaltung ist es mir möglich, **genügend Zeit** für meine Klienten zu haben. Standardmäßig 45-60 Minuten pro Woche, bei Akutfällen oder auf Bedarf auch mehr.