

Psychosynthese

Autor/in: Oliver Schubbe

Familietherapeut



Die Psychosynthese wurde 1910 vom italienischen Psychiater Roberto Assagioli begründet und im Laufe des Jahrhunderts zu einem umfassenden Verfahren zur Entfaltung des menschlichen Potenzials weiterentwickelt. Sie umfasst verschiedene Prinzipien und Methoden aus der westlichen Psychologie wie auch aus östlichen Ansätzen. Sie wendet vor allem folgende Arbeitsmethoden an: Symbolarbeit, Meditation, Malen, Rollenspiele, Gestalttechniken, Fantasiereisen, Körperwahrnehmung.

Aus Sicht der Psychosynthese ist der Mensch in seinem innersten Kern frei und ganz. Da wir aber in unserer Kindheit abhängig, unselbstständig und verletzlich waren und uns anpassen mussten, scheinen Teile unseres Potenzials später verschüttet und vergessen. Eine innere Kraft des Menschen strebt danach, dieses Potenzial als Erwachsener wieder bewusst zu machen, neu zu entfalten und diesen inneren Reichtum zu leben.

Die Psychosynthese ist ein dynamisches Modell, das uns auf diesem Weg effektiv unterstützt und uns hilft, unsere Konflikte als Wachstumschancen zu erkennen und zu nutzen. Sie bietet außerdem die Möglichkeit zu lernen, wie wir unsere Ressourcen und Qualitäten entdecken und zum Ausdruck bringen können. Dabei ist es wichtig, die eigene Mitte zu stärken und so mehr Freiheit und Lebensqualität zu gewinnen.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten