

INNENARCHITEKTUR

Konkrete Interventionen Ausgestaltung

Behandlungsprinzip 1: trust the process

Die Interventionen orientieren sich am individuellen therapeutischen Erfahrungs- und Behandlungshorizont und kultursensibel an dem individuellen therapeutischen Prozess mit unterschiedlichen Phasen und Stufen

Behandlungsprinzip 2: never give up and be authentic – 13 Empfehlungen

1. Therapeutische Tools flexibel anwenden und weiterentwickeln
2. Psychoedukation anschaulich vermitteln und „Tricks“ mit feinem Gespür empathisch und respektvoll anwenden
3. Grenzen akzeptieren und in wacher Anwesenheit würdevoll miterleben und Mitgefühl zeigen
4. Kreative Nutzung von „rechtshemisphärischen“ Interventionen, wie z.B. nichtsprachliche, körperbezogene, imaginative Vorgehensweisen
5. Einbeziehung von Ritualen, Symbolen und Metaphern
6. Explizite Ressourcenaktivierung zur Stressregulation von Beginn an
7. Gegenwartsbezogene Selbstwirksamkeit und Emotionsregulation fördern
8. Resilienzstärkende Prinzipien anwenden und vermitteln: „The Road to Resilience“
9. Gezielte Anwendung von Glücksaktivitäten
10. Body-mind Sensibilisierung
11. Auf die eigene Psychohygiene Wert legen, das eigene „Bauchgefühl“ beachten und die eigene Intuition schulen
12. Fragen stellen, z.B. Was könnte Ihnen helfen, was brauchen Sie jetzt, was gelingt Ihnen, was macht Ihnen Freude, wovor haben Sie am meisten Angst, was hat Ihnen gut getan
13. Vertrauen, Hoffnung und Neugierde/Interesse wecken und vermitteln

BAUELEMENTE

Komponenten

Methodenintegrativ und schulenübergreifend

Beispiele

- Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
- kognitiv-behaviorale Verhaltenstherapie
- Katathym Imaginative Psychotherapie
- Traumatherapie • Systemische Therapie
- Hypnotherapie • Ego-State-Therapie

Explizite Berücksichtigung neurobiologischer Erkenntnisse

Beispiele

- Stress- und Traumaforschung
- Bindungsforschung / Affektregulation
- Kognitions- und Neurowissenschaft
- Neuropsychotherapie

FUNDAMENT

Theoretischer Bezug

Salutogenese

Kohärenzgefühl  
Gesundheit und Krankheit  
als Kontinuum

Resilienz

Psychische Widerstandskraft  
Störungstoleranz

Positive Psychologie

Fokus Wohlbefinden stärken  
Aktivierung positiver  
Emotionen

BAUPLATZ

Grundlage

konsequente Ressourcenfokussierung, individuelle Stärken und Heilungspotentiale erkennen und nutzen

Vertrauen

- in die Selbstheilungspotentiale und PatientInnenkompetenz
- in die therapeutische Beziehung
- in die innere Weisheit und Würdigung der individuellen Wege im Behandlungsprozess
- in Veränderungsprozesse bis ins hohe Alter / Entwicklung als lebenslangen Prozess wertschätzen