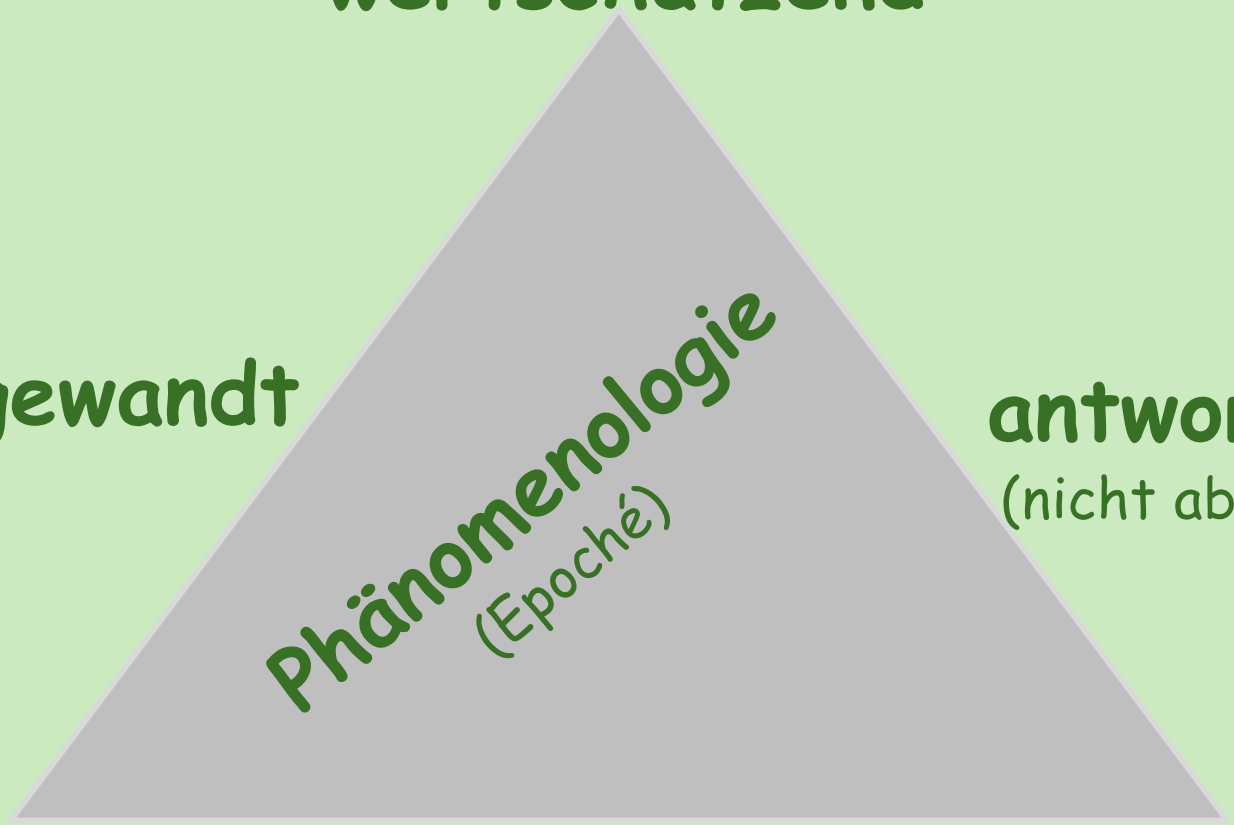
VOLL VERWICKELT

Therapeutische Schritte durch den Dschungel der Psychodynamik

Mag.ª Karin Steinert

Kongress der GLE-International
Salzburg 2019

Die 4 Grundhaltungen der therapeutischen Beziehung



Die 4 Grundbewegungen der Copingreaktionen

1. **Flucht**

   z. B. Stunde beenden, mich mit angenehmen Dingen beschäftigen

2. **Ankämpfen**

   z. B. besonders aktiv, fleißig, möchte retten

3. **Aggression**

   z. B. meine Genervtheit und Ärger ausdrücken

4. **Totstellreflex**

   z. B. Hilflosigkeit, Sprachlosigkeit

Schritte aus dem Verwickeltsein

Unverfügbarkeit

ich dir

ich lege ein wort
unter deine zunge
vergesse es in dir
und lasse es wachsen
ruhig und ungewiss
wann es sich öffnet
weiß niemand

Semier Insayif