

LASS MICH  
WENN ES EINEM ALLES ZUVIEL WIRD, WILL  
MAN OFT NUR NOCH ALLEIN SEIN



# ALLEINGELASSEN MIT SEINER SEELE

NOCH IMMER SIND ERKRANKUNGEN DER PSYCHE ODER SOGAR NUR EIN PSYCHISCHER „DURCHHÄNGER“ GESELLSCHAFTLICH GEÄCHTET. DABEI HELFEN OFT EINFACHE MASSNAHMEN.

*Wer die Hilfe eines Facharztes für Psychotherapie oder Neurologie aufsucht, weil es ihm psychisch oder seelisch vielleicht „nicht gut“ geht, der geht damit durchaus ein Risiko ein. Es könnte nicht nur seinen gesellschaftlichen Status gefährden, sondern auch handfeste Konsequenzen haben.*

Der Gang zum „Seelenklempner“ ist in weiten Teilen der Gesellschaft noch immer stigmatisiert. Wer es „in der Psyche“ hat, der gilt in der heutigen Leistungsgesellschaft schnell als wenig belastbare „Memme“, als jemand, der sich nicht zusammen nehmen kann, ein Versager. Dabei wird die Psyche völlig missverstanden, denn sie ist ein Organ, wie jedes andere auch. Doch die Scheu vor dem Arztbesuch besteht noch immer. Gerade bei psychischen Leiden kann jedoch ein Arztbesuch (wenn

man überhaupt einen Termin bekommt!) tatsächlich negative Folgen haben - gerade dann, wenn das Problem eigentlich gar nicht so schwerwiegend ist.

Damit ein Facharzt für psychische Erkrankungen seine Leistung von der Krankenversicherung bezahlt bekommt, muss er nämlich eine klassifizierende Diagnose stellen. Diese Diagnose findet Eingang in die Datenbanken der Versicherer, mit allen Konsequenzen. Risikoabschlüsse und Verlust von Versicherungsschutz für bestimmte Krankheiten sind die möglichen Folgen.

Aus dem eigentlich richtigen Verhalten, sich bei den ersten Anzeichen von psychischem Unwohlsein helfen zu lassen kann damit ein Bummerang werden.

Die Lösung für dieses Problem ist der Besuch eines spezialisierten

Heilpraktikers für Psychotherapie. Hier findet der Betroffene Hilfe, ohne versicherungsrechtliche Konsequenzen fürchten zu müssen. Probleme wie Depressionen, Burnout, Angstzustände, unverarbeitete Traumata aus der Vergangenheit oder einfach nur Verhaltensmuster, die man an sich feststellt und die man ablegen möchte lassen sich mit der professionellen Hilfe eines psychotherapeutisch spezialisierten Heilpraktikers oft lösen.

Rabea Fischer aus Neukirchen a.Inn ist eine solche Spezialistin. Sie hilft ihren Patienten vor allem indem sie das Erkennen von psychischen Stressfaktoren unterstützt. Die modernen psychischen Syndrome in der Gesellschaft haben oft mit Sinnverlust zu tun, mit Überforderung oder damit, dass sich der Mensch in eine Rolle oder in ein Leben gepresst fühlt, in dem er ei-

gentlich nicht sein möchte. Die Frage nach dem „Warum?“ steht offen im Raum, der Wunsch sein Leben zu ändern, aber nicht zu wissen wie.

Der erste Schritt zur Besserung ist in der Regel, sich selbst und die Dinge, die einen belasten, zu erkennen. Erst wenn man sich über die Faktoren bewusst wird, welche die eigene Seele oder die Psyche unter Stress und Druck setzen, kann man Strategien entwickeln, damit umzugehen.



WEGWEISERIN  
RABEA FISCHER HILFT DABEI, STRESS ZU BEWÄLTIGEN

Oft sind die Auslöser für das Problem ungelöste Konflikte. Dies können Konflikte sein, die aus der Vergangenheit kommen, aber auch Rollenkonflikte oder tiefenpsychologische Konflikte. Menschen die sich zum Beispiel selbst keine Entspannung oder kein Glück gönnen können, die ein schlechtes Gewissen haben, wenn sie sich selbst etwas Gutes tun, neigen früher oder später zu Burnout oder gar zu einer Depression. Diese Konflikte aufzudecken kann Barrieren auflösen und das Leben wieder lebenswert machen. Manchmal reichen dazu einfach nur Gespräche, manchmal erfordert es auch, sich mit seiner Seele intensiver auseinander zu setzen. Aber man ist dabei nicht allein.

Information von:  
Rabea Fischer  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Bahnhofstraße 13 | Neukirchen a.Inn  
Tel. 08502-65 89 540  
Mobil 0171-42 32 640  
info@praxis-rabea-fischer.de