



Existenzialpsychologische Therapie

Dreh- und Angelpunkt in diesem Therapieansatz ist die Beziehung zwischen Therapeut und Klient. In ihr findet sich alles, was der Klient an Nöten und Beschwerden, aber auch an Verhaltensweisen und So-geworden-Sein in die Therapiesitzung, ins Hier und Jetzt, mitbringt. Klient und Therapeut sind sozusagen gemeinsam Reisende, die in Gespräch und Übungen mit ihrer je eigenen Kompetenz das gemeinsame, seelische Erkundungs- und Forschungsprojekt voranbringen.

Neben bekannteren Verfahren wie der Verhaltenstherapie und der Tiefenpsychologie gibt es den Bereich der humanistischen Psychotherapie und darin die existenzialpsychologische Therapie. Ein heutiger, herausragender Vertreter dieser Richtung ist der auch als Romanschriftsteller einem breiteren Publikum bekannte Psychotherapeut Irvin Yalom.

Naturtherapie (Exist)

Die Natur stellt uns einen einzigartigen Lebens- und Erfahrungsraum zur Verfügung, den wir uns auf vielfältige Weise – wieder – vertraut machen. Übungen, auf die wir uns in der Natur einlassen, helfen uns in diesem Therapieansatz dabei, zunehmend eine Haltung der Offenheit für unsere Umgebung, der Präsenz und der Gelassenheit einnehmen zu können, wenn wir sie benötigen. Damit eignet sich die Naturtherapie auf existenzialpsychologischer Grundlage insbesondere zur Prävention bei drohendem Burnout.

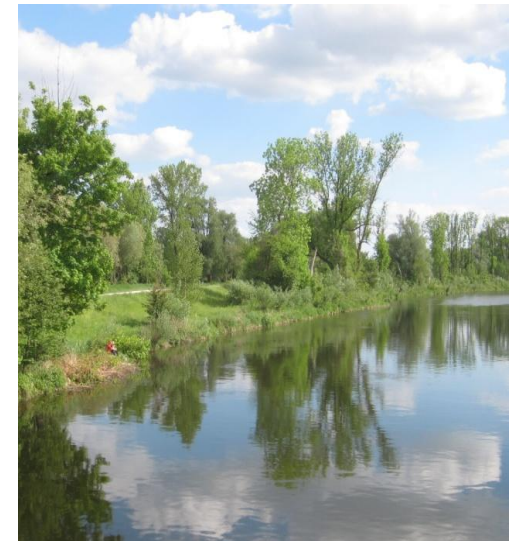
Wenn im Gespräch das Naturerleben in die therapeutische Beziehung gebracht wird, kann ein heilsamer Prozess sich entfalten.

Diese Arbeit versteht sich als psychotherapeutisches Ergänzungsverfahren, ähnlich wie beispielsweise Musik- oder Kunsttherapie.



Psychotherapie an der Wertach

Psychologische Naturtherapie



Jutta Schmid-Supplie

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Naturtherapeutin (Exist)

Ein schlimmer Verlust, eine lebensbedrohliche Erkrankung, eine schwere Enttäuschung – plötzlich bricht es über uns herein.

Mit einem Mal wird spürbar, wie gefährdet unser Lebensgefüge sein kann.



Auch Lebensumbrüche, die wir eigentlich begrüßen, können uns zutiefst verwirren.

Ein neues Aufgabengebiet im Beruf zu übernehmen – möglicherweise eine Leitungsfunktion – kann mit Belastungen einhergehen, die von seelischer Art sind und nicht mit der eigenen beruflichen Kompetenz zu tun haben.

Die Aufnahme einer Ausbildung, etwa an einer schwer überschaubaren Universität, und womöglich in einer fremden Stadt, hat schon manchen in seelische Not gebracht.



In einer Psychotherapie – zu deutsch „Pflege der Seele“ – kann ein Mensch im Zusammenwirken mit seinem Therapeuten gerade in schwierigen Zeiten seine Entwicklung voranbringen und mehr Stabilität gewinnen.



Was kann ich für Sie tun?

Über mich

Langjährige Tätigkeit als Lehrerin und Erfahrung als Übungsleiterin im Natursport und Präventionssport (darunter Herz- und Kreislaufprävention sowie Stressbewältigung und Entspannung), Ausbildung in Naturtherapie (Exist) und Existenzialpsychologischer Therapie bei Dr. Wernher Sachon in Bad Wörishofen, HP-Prüfung beim Gesundheitsamt Augsburg, in Göggingen als Naturtherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie tätig.

Die naturnahe Lage der Praxis bietet sich für Spaziergänge und Übungen in der Natur und damit für die Naturtherapie an.

Anschrift: Jutta Schmid-Supplie
Wellenburger Straße 50a
86199 Augsburg-Göggingen

Bus 38, Haltestelle Radaustraße

Sie möchten einen Termin vereinbaren oder benötigen weitere Auskünfte?

Rufen Sie mich an: +49 (0)821 9987 5315
oder schreiben Sie mir: NaturExist@web.de

www.psychotherapie-schmid-supplie.jimdo.com
(c)Schmid-Supplie