

Wenn die Seele Zähne zeigt

Hilfe anzunehmen ist eine kluge Entscheidung

Wenn die Anforderungen zu hoch, Überlastung zum Dauerzustand wird, der Stresslevel steigt, und zu wenig Ausgleich stattfindet, dann wird es der Seele zu viel. Sie wehrt sich und nutzt die ihr zur Verfügung stehenden Mittel. Symptome wie Schlafstörungen, Erschöpfungszustände, Konzentrationsschwäche, anhaltende Stimmungstiefs, Antriebslosigkeit, Magenschmerzen, Rückenschmerzen, Verspannungen, Ängste in vielfältiger Ausprägung, Panikattacken, usw. zeigen – die Seele leidet. Dies auszuhalten ist schwer, macht reizbar, sogar aggressiv, was zu Problemen mit dem Umfeld führen kann. Oft folgen Beziehungsprobleme, sozialer Rückzug. Studien unterschiedlicher Träger belegen ein Ansteigen psychischer Erkrankungen. Trotzdem gilt hierzulan-

de ein psychisches Problem zu haben häufig immer noch als Schwäche. „Ich bin doch nicht verrückt“. Also wird versucht, damit fertig zu werden, nach dem Motto: Sonst schaffe ich ja auch alles. Wer es nicht schafft, hält lieber verschämt den Mund, leidet still vor sich hin, als sich Unterstützung von professioneller Seite zu holen.

Herablassend schauen wir nach USA, wo nahezu jeder seinen persönlichen Coach bzw. Therapeuten hat. So was brauchen wir doch nicht! Oder? – wenn der Leidensdruck wächst, die Symptome sich verstärken? Sich Auswirkungen im Alltag und besonders im Beruf bemerkbar machen (s.o.)?

Natürlich ist es unerlässlich, organische Ursachen beim Arzt abzuklären und auszuschließen. Dann mutig den Schritt wagen für die ganz persönliche Lebensqualität. Auf der Suche nach therapeutischer Hilfe erlebt man allerdings neuen Frust: Auf Therapieplätze bei den kassenärztlich zugelassenen Therapeuten bestehen Wartezeiten von 6 – 8 Monaten! Re-

sultat der zunehmenden psychischen Erkrankungen und mit ca. 25 – 50 Sitzungen pro Klient ist die Verweildauer beim Therapeuten entsprechend lang.

Roswitha Öhlschläger, Heilpraktikerin für Psychotherapie, bietet Unterstützung auch während der Wartezeit auf einen Therapieplatz an. Ob das Anliegen in das Behandlungsspektrum fällt, ob es überhaupt behandlungsbedürftig ist, wird in einem telefonischen oder persönlichen Vorgespräch geklärt. In ihrer Praxis in Griesheim nutzt sie die vielfältigen Möglichkeiten der Hypnosetherapie, um kompetente Begleitung und Hilfestellung zu leisten. Das gewährleistet ihre mehrjährige Erfahrung in ihrer Hypnosepraxis, ihre soliden Ausbildungen und regelmäßigen Weiterbildungen. Die Hypnosepraxis Roswitha Öhlschläger ist eine Privatpraxis, d.h. die Kosten müssen von dem gesetzlich krankenversicherten Hilfesuchenden selbst getragen werden. Private Krankenkassen beteiligen sich meistens je nach Vertrag teilweise daran.



*Roswitha Öhlschläger
Heilpraktikerin Psychotherapie*

Informationen zur Hypnosetherapie und über die Hypnosepraxis erhalten Sie auf der Homepage von Frau Öhlschläger unter www.antistress-hypnose.de, telefonisch unter 06155/86 88 75 oder per mail: info@antistress-hypnose.de