

Bernd Thell über die Anwendung existenzanalytischer Konzepte in Beratung und Coaching

Einblicke und Methoden

Durch die Kombination psychotherapeutischer Methoden mit Beratung und Coaching zielt Bernd Thell darauf ab, Menschen auf ihrem Weg zu einem erfüllten Leben zu unterstützen. Die existenzanalytischen Konzepte ermöglichen es Klienten, Lebenssituationen bewusster zu analysieren und dabei ihre eigenen Werte und Ziele zu identifizieren. Das Ergebnis ist oft eine gestärkte Fähigkeit, sowohl im privaten als auch im beruflichen Umfeld mit Herausforderungen umzugehen.

Schlüsselerkenntnisse

- ? Bernd Thell nutzt existenzanalytische Konzepte zur Förderung persönlicher Entwicklung in Wien.
- ? Sein integrativer Ansatz verbindet Psychotherapie mit Beratung und Coaching.
- ? Diese Methoden stärken die Kompetenz im Umgang mit alltäglichen und beruflichen Herausforderungen.

Grundlagen der Existenzanalyse und Logotherapie

Existenzanalyse und Logotherapie bilden ein therapeutisches Rahmenwerk, das auf der Suche nach dem Sinn im Leben basiert und von Viktor Frankl entwickelt wurde.

Die Philosophie der Existenzanalyse

Existenzanalyse, begründet durch Viktor Frankl, sieht den Menschen in seiner Fähigkeit, auch unter schwierigen Umständen seinen Lebenssinn zu finden und zu verwirklichen. Sinnfindung und Wertorientierung sind Kernkonzepte dieser Methode. Die Wertimagination ist eine Technik der Existenzanalyse, bei der durch gezielte Vorstellungen ein Zugang zu persönlichen Werten gefunden wird, was zu einer Verhaltensänderung führen kann. Die Existenzanalyse betont die individuelle Verantwortung und die Möglichkeit, sich auch gegenüber unveränderlichen Bedingungen sinnorientiert und wertbewusst zu entscheiden.

Anwendungsbereiche in Beratung und Therapie

Die Logotherapie, auch als Therapieform der Sinnfindung bekannt, wird in verschiedenen Kontexten eingesetzt, darunter Psychotherapie und Beratung. Psychotherapeuten wie Bernd Thell aus Wien verwenden existenzanalytische Konzepte, um Klienten mit unterschiedlichen Problemen, von Angstzuständen bis hin zu Burnout und Depressionen, zur Konfrontation und Bearbeitung ihrer Lebensfragen zu begleiten. In der Praxis kombiniert der Therapeut psychotherapeutische Methoden mit der Philosophie der Existenzanalyse, um Klienten zu unterstützen, ihr persönliches Potenzial zu erkennen und zu nutzen. Dadurch wird in der Gesellschaft ein breiteres Verständnis für die Bedeutung von geistigen Werten und zwischenmenschlichen Beziehungen geschaffen.

Bernd Thell's Ansatz in Beratung und Coaching

Bernd Thell hat einen spezialisierten Ansatz entwickelt, um durch existenzanalytische Konzepte Menschen in Wien bei der Bewältigung von Stress und psychischen Belastungen zu unterstützen.

Integration in die Praxis

In seiner Praxis setzt Bernd Thell verschiedene Behandlungsmethoden ein, die auf existenzanalytischen Konzepten beruhen. Sein Fokus liegt auf der individuellen Hilfe für den Patienten durch zugeschnittene Gesprächstherapie. Bernd Thell geht es vor allem um die Anwendung praxisorientierter Techniken, die darauf abzielen, Patienten bei der Überwindung von Depression, Angst und Trauma zu unterstützen.

Fallbeispiele und Erfahrungsberichte

Patientenerfahrungen zeigen, dass Bernd Thell in der Lage ist, konkrete Veränderungen im Leben der Menschen zu bewirken. Anhand von Fallbeispielen aus seiner Praxis für Psychotherapie in Wien wird deutlich, wie die existenzanalytischen Methoden angewandt werden und zum Wohlbefinden der Patienten beitragen. Es wird betont, wie wichtig ein auf den Patienten zugeschnittener Therapieansatz ist und dass jeder Einzelfall eine eigene Herangehensweise erfordert.

Spezifische Anwendungen und Behandlungsmethoden

Bernd Thell bietet spezialisierte Therapieansätze und Behandlungsmethoden, die auf existenzanalytischen Konzepten basieren, um Personen mit Angststörungen, Phobien, Depressionen und Burnout adäquat zu unterstützen.

Therapie bei Angststörungen und Phobien

Die Behandlung von Angststörungen und Phobien zielt darauf ab, individuelle Ängste zu verstehen und zu überwinden. Bernd Thell verwendet dabei spezifische Techniken, wie zum Beispiel die Verhaltenstherapie, um mit Klienten an ihren spezifischen Phobien zu arbeiten. Dies umfasst Höhenangst, Angst vor Spritzen und Nadeln, Flugangst oder Klaustrophobie. Zum Einsatz kommt auch die innovative VR-Therapie, mit der die Betroffenen in sicherer Umgebung den Umgang mit ihren Ängsten üben können.

Unterstützung bei Depressionen und Burnout

Bei der Behandlung von Depressionen und Burnout liegt der Fokus auf der Stärkung des Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten und der Entwicklung neuer Perspektiven. Bernd Thells Ansatz konzentriert sich auf das Zentrieren des Menschen und nicht nur seiner Symptome. Methoden der existenzanalytischen Gesprächstherapie können helfen, tieferliegende Ursachen von Trauer und Schlaflosigkeit zu adressieren und einen Weg aus dem Zustand der Erschöpfung zu eröffnen. Entscheidend ist hierbei die Wiederherstellung des verloren geglaubten Sinns im Leben des Betroffenen.

Existenzanalyse und Coaching in der modernen Gesellschaft

Existenzanalyse und Coaching sind wirkungsvolle Ansätze, die Einzelpersonen in der komplexen modernen Gesellschaft unterstützen, berufliche wie

private Herausforderungen zu bewältigen und ihre persönlichen Ziele zu erreichen.

Herausforderungen im heutigen Berufs- und Privatleben

In der heutigen Gesellschaft sieht sich das Individuum oft einem erhöhten Stress sowohl im Berufs- als auch im Privatleben ausgesetzt. Konkurrenzdruck, ständige Erreichbarkeit und die Erwartung, sich kontinuierlich weiterzuentwickeln, erhöhen die Gefahr von psychischen Leiden. Hilfe durch einen Coach oder Therapeuten, der in Existenzanalyse nach Bernd Thell ausgebildet ist, kann für Patienten entscheidende Unterstützung bieten, um mit Schicksalsschlägen umzugehen und Beziehungen zu festigen.

Widerstandsfähigkeit und Selbstverwirklichung

Ein zentrales Ziel in der existenzanalytischen Beratung und im Coaching ist die Förderung von Resilienz - der Fähigkeit, mit Herausforderungen umzugehen und gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Bernd Thell ist ein Experte, der sich auf die Hilfe bei Suchtproblemen spezialisiert hat, wobei das Verlangen nach einem glücklichen Leben den Kern seiner therapeutischen Arbeit bildet. Durch gezielte Techniken wird die Selbstverwirklichung angestrebt und ein sinnerfülltes Leben trotz der Unwägbarkeiten des Daseins ermöglicht.

Pressekontakt

Psychotherapeut Dipl. Päd. Bernd Thell

Herr Bernd Thell
Kalvarienberggasse 57
1170 Wien

<https://bernd-thell-existenzanalyse.at/>
pr@bernd-thell-existenzanalyse.at

Firmenkontakt

Psychotherapeut Dipl. Päd. Bernd Thell

Herr Bernd Thell
Kalvarienberggasse 57
1170 Wien

<https://bernd-thell-existenzanalyse.at/>
pr@bernd-thell-existenzanalyse.at

Dipl. Päd. Bernd Thell ist Experte für Existenzanalysen und Psychotherapie in 1170 Wien. Zu seinen Fachgebieten zählt die Psychotherapie, Existenzanalyse und Logotherapie.

Anlage: Bild

