Copyright - Hinweis: Die Texte sind urheberrechtlich geschützt! © www.mensch-individuell.de - Deva Dagmar Keßlau - MENSCH individuell

Vergangenheit - Gegenwart - Zukunft | In der Therapie

Die Vergangenheit und die Gegenwart sind in therapeutischen Maßnahmen allgegenwärtig. Das beginnt schon mit der "Anamnese". Ein Wort aus der griechischen Sprache, welches mit "Erinnerung" übersetzt werden kann.
Im - üblicherweise - ersten Termin mit einer:m Therapeut:in wird in der Phase der Ananmese u.a. notiert:

- welche medizinisch relevanten Informationen es gibt,
- welche Vorerkrankungen bekannt sind,
- welche aktuellen Beschwerden es gibt,
- welche Mittel / Medikamente in welcher Dosierung seit wann eingenommen werden,
- welche therapeutischen Maßnahmen es bereits gab oder aktuell in Anspruch genommen werden ....

Je nach Beeinträchtigung und Fachdisziplin werden weitere fachspezifische Fragen gestellt.

Eine umfassende Anamnese und Diagnostik ist die Basis jeder Behandlung.

Wenn Sie zu einem Ersttermin in meine Praxis kommen, so haben Sie vorab bereits einen Anamnesebogen erhalten, den Sie zu unserem ersten Treffen ausgefüllt mitbringen. Im Termin gehen wir diesen gemeinsam durch, klären offene Fragen und Sie haben den Raum, um im direkten Austausch Ihre persönliche Geschichte und Ihre aktuelle Situation zu beschreiben.

Vergangenheit und Gegenwart, frühere und aktuelle Diagnosen sind sehr wichtig, um eine aktuelle Situation richtig einschätzen zu können.

Je nach Schweregrad einer aktuellen Situation sind:

- sofortige Maßnahmen erforderlich und | oder
- können kurzfristige,
- mittelfristige oder
- langfristige Maßnahmen

geplant und umgesetzt werden.

In der Phase der Anamese frage ich oft auch nach den Wünschen, die ein:e Patient:in an die Zukunft hat.

Hierbei stelle ich immer wieder fest, dass - beispielhaft -:

- diese Frage für Überraschung sorgt und / oder dass
- eine Antwort nicht einfach zu finden ist und / oder dass
- die Wünsche unrealistisch sind
  (zum Beispiel: Etwas, was geschehen ist, soll nicht geschehen sein).

Meine persönliche Sicht als Therapeutin ist:

jedoch können wir über unsere heutigen Entscheidungen Einfluß auf unsere Zukunft nehmen."

Bei der Antwort nach den Wünschen an die Zukunft ist ein "optimistischer Realismus" oftmals ein guter Begleiter:

- Manchmal können Erkrankungen bis zur Heilung beeinflusst werden.
- Oftmals können die Auswirkungen einer Beeinträchtigung gelindert werden.
- Immer sollte Zeit vorhanden sein, um zu informieren und Fragen zu beantworten.

All das bedeutet nicht, die Vergangenheit "aus den Augen zu verlieren", sie ist ein zentraler Teil von uns. Gleichzeitig finde ich es wichtig, der Vergangenheit den Platz zuzuweisen, den sie meines Erachtens haben sollte:
Wir können / konnten aus der Vergangenheit:

- lernen.
- Rückschlüsse ziehen.
- Erfahrungen sammeln.
- sie als wichtigen Teil unseres Lebens achten.
- ...

Eines können wir jedoch - sofern wir keine "Zeitkapsel" haben - nicht:

- **Die Vergangenheit verändern.**
- **Geschehenes (oder nicht Geschehenes) ungeschehen machen.**
- **In der Vergangenheit leben.**

Natürlich wissen wir das. Natürlich ist uns das klar.
Niemand würde ernsthaft behaupten, dass er / sie die Vergangenheit verändern kann.

Verändern können wir jedoch oftmals - je nach individueller Situation - unsere Sichtweise auf die Vergangenheit.

Manchmal gelingt uns das selbst oder im Kontakt mit Familie und Freunden, manchmal brauchen wir professionelle Unterstützung.

Ich möchte Sie heute ermutigen, sich mit der Zukunft zu beschäftigen, den "Blick nach vorne" zu richten.

"Liebe ist die Antwort"

Reden wir doch darüber im unverbindlichen, telefonischen,

kostenfreien Kennenlerngespräch.

Online-Buchung Kennenlerngespräch

"Liebe ist die Antwort"

Deva Dagmar Keßlau | Dortmund
Heilpraktikerin | Mediale Mentorin
mensch-individuell.de
Impressum
Datenschutzerklärung

Wichtiger Hinweis:
Alle meine Blogartikel dienen der Information, der Aufklärung, der Wissensvermittlung. Sie sind nicht geeignet um Selbstbehandlungen oder Selbstdiagnosen durchzuführen oder Behandlungen oder Diagnosen bei anderen Menschen vorzunehmen. Meine Blogbeiträge ersetzen auch nicht eine ärztliche, heilpraktische oder anderweitige therapeutische Beratung, Begleitung oder Behandlung.