

Ich kann nicht mehr

Beitrag von „laleona“ vom 26. Februar 2022 08:31

Ob eine Psychotherapie sinnvoll ist, kann ja nur der Betroffene selbst entscheiden. Dieser eine Vorfall allein vermutlich nicht, aber vielleicht bringt er nur das bekannte Fass zum Überlaufen, das wissen wir nicht.

Zudem, ich wiederhole mich gerne, kann man so eine Therapie auch selbst zahlen und dann erscheint das natürlich nirgends, wie auch. Man kann auch einfach 5mal hingehen, für sich was abklären, selbst zahlen (dürfte so 500 Euro kosten, maximal 1000) und dann erstmal gut sein lassen.

Das Ganze könnte man auch mit kostenfreien Beratungsstellen erledigen. Möglicherweise sitzen dann dort halt unerfahrene Menschen, aber das kommt sicher auf die Beratungsstelle drauf an. Wichtig ist, dass man sich in professionelle Hände begibt, egal, was man vorhat, egal, was man tut. Bei der Autoreparatur bittet man ja auch nicht Karl-Heinz von der Ecke, sondern eine Werkstatt mit ausgebildeten Handwerkern.