

Verhaltenstherapie über die Beihilfe laufen lassen?

Beitrag von „Schmidt“ vom 27. Oktober 2023 21:14

Zitat von SwinginPhone

Und falls die Person etwas nicht verstanden hat, haben wir es halt erklärt. Das sorgte auf beiden Seiten für mehr Klarheit.

Ich habe kein Interesse daran, Fremden etwas über mich zu erklären.

Zitat von Friesin

woher weißt du das?

Erfahrung

Ich habe sowohl Supervision als auch Psychotherapeuten ausprobiert. Sonst wüsste ich ja nicht, wie ich mit Stress und Problemen am besten umgehe.

Es irritiert mich irgendwie, dass hier so sektenartig ein einziger richtiger Weg des Umgangs mit Stress und Problemen verteidigt wird. Menschen sind unterschiedlich.