

# Verhaltenstherapie über die Beihilfe laufen lassen?

Beitrag von „Schmidt“ vom 27. Oktober 2023 21:30

## Zitat von Quittengelee

Ein Therapeut oder andere Fachperson lernt ne ganze Menge an Gesprächstechniken und man geht gerade deswegen dorthin, WEIL man Sachen aussprechen kann, mit denen man seine Verwandten a) nicht ständig belasten will und b) diese einem an einem bestimmten Punkt nicht mehr weiterhelfen können.

Sag ich ja, die leirn irhe auswendig gelernten Sätze runter. Gesprächstechniken sind so gut wie immer als solche zu erkennen. Auf so einen konstruierten Austausch habe ich keine Lust. Ich wüsste jetzt nicht, was so belastend wäre, dass ich darüber, bei Bedarf, nicht wenigstens mit meiner Frau oder meinen engsten Freunden sprechen könnte.

## Zitat

Da geht's natürlich um mehr als ein "hui, das war ja aufregend heute, als die Kreide leer war. " Wobei, in Summe kann der Mangel an Ressourcen und das ständige Treffen von Entscheidungen durchaus an einem nagen.

Es hält sich in Grenzen.

## Zitat

Der ständige Stress durch Lautstärke, schwierige SuS, fordernde Eltern und an bestimmten Schulformen auch täglicher Umgang mit Kindern, die Gewalt, Vernachlässigung und Missbrauch erleben, was nicht einfach abgeschaltet werden kann.

Stress "abschalten" und verarbeiten ist nicht dasselbe. Wenn ich Abends bei meiner Frau einen 15 minütigen Monolog darüber halte, was gerade alles schlecht oder schlimm ist, dann ist das ein gelungener Stressabbau. Ich verstehe nicht, warum ich darüber mit einem Fremden sprechen soll. Besonders oft kommt das so oder so nicht vor.

## Zitat

Lehrkräfte sind verhältnismäßig oft psychisch krank und ich würde Anspruch auf Supervision total begrüßen. Dass es keinen Sinn macht, selbige verpflichtend anzuordnen, ist dabei hoffentlich klar.

Ja klar, ein Anspruch darauf wäre gut.