



## Krisen bewältigen, nicht zerreden - Lösungsorientierte Beratung zeigt den Weg!

Von *PR-Gateway*

Erstellt am 30 Jun 2011 - 13:01

Jeder von uns kommt in seinem Leben einmal in eine schwere Krisensituation. Nicht immer ist eine tiefgehende Analyse der Ursache zu ihrer Behebung nötig. Lösungsorientierte Beratung ist effektiv und bringt sehr gute Ergebnisse.

"Für jedes Problem gibt es eine Lösung," sagt Tom Hanks in dem Film "Philadelphia", als ihn sein Chef aus der Kanzlei mobben will. Und er findet sie, wenn auch ganz anders, als zunächst gedacht. Von Aids gezeichnet und gesellschaftlich völlig isoliert, trifft er auf einen Fachmann, der die richtige Strategie mit ihm zusammen entwickelt und gewinnt den schier aussichtslos scheinenden Prozess gegen seinen Ex-Chef.

So dramatisch dieses Beispiel aus der "Filmdose" Hollywoods auch gezeichnet ist, man muss nicht Aids haben, um allein zu sein in schwierigen Situationen. In München, der Hauptstadt der Singles, leben 28,8% der Bevölkerung allein. Wie viele Menschen sind isoliert, von denen wir es gar nicht wissen?

Zu wem gehen sie, wenn sie in eine Lebenskrise geraten, aus der sie ohne Hilfe nicht herausfinden?

Gott sei Dank hat inzwischen auch bei uns das amerikanische Modell, sich professionelle Hilfe zu suchen, Schule gemacht.

Psychologisch fundierte Unterstützung, in Fällen schwer lösbarer Problemsituationen, in Anspruch zu nehmen ist hilfreich. Es stützt die Betroffenen, gibt Halt und schafft neue Perspektiven.

Als besonders zeitgemäß und effizient hat sich bei den vielen verschiedenen Ansätzen die lösungsorientierte Beratung bewährt.

Ganz besonders interessant ist lösungsorientierte Beratung auch deswegen, weil sie sich in praktisch allen Problemsituationen anwenden lässt.

Dies gilt sowohl für berufliche Probleme, Beziehungsschwierigkeiten, Abhängigkeit, Burn Out, Trauer um den Verlust eines geliebten Menschen, aber auch Depressionen und Dauerstress.

Bei lösungsorientierter Beratung handelt es sich um ein konsequent auf die Problemlösung ausgerichtetes Konzept. Welche Umstände ursächlich zu der Krise geführt haben, ist bei der Betrachtung nicht relevant.

Um den Klienten aus der Problemsituation heraus zu führen, steht vor allem die Ermittlung der eigenen Stärken und Ressourcen im Mittelpunkt. In einem strukturierten Prozess werden konsequent Perspektiven und Wege erarbeitet, die dem Klienten ein zunehmendes Sicherheitsgefühl geben, die Krise zu meistern. Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Stärkung des Selbstvertrauens und des Selbstbewusstseins.

Dadurch ist der Klient zunehmend motiviert, den Weg zu einem zufriedenen Leben "danach" zu finden und auch zu gehen.

Lösungsorientierte Beratung ist stets als ein zeitlich limitiertes Projekt zu verstehen, mit klar definierten Zielvorgaben und basiert immer auf ethischen Grundsätzen und Leitideen.

Auch während des Bewältigungsprozesses trägt lösungsorientierte Beratung dazu bei, leistungsfähig zu bleiben und stimuliert durch seinen positiven Gedankenansatz.



Sandra Sopp - Results-Institut

Weitere Informationen

[www.results-institut.de](http://www.results-institut.de) [1]

Results Institut

Fachgerechte, diskrete Einzel- und Paarberatung, Unterstützung bei Erziehungsproblemen, Fragen zu Alkohol- und Führerscheinverlust und Mobbing am Arbeitsplatz, Hilfe bei gesundheitsschädigendem Dauerstress und anhaltender Überbelastung im Beruf, Karriere- und Führungskräftecoaching.

Results Institut

Psychologische Beratung - Coaching - Mediation

Sandra Sopp

- psycholog. Leitung -

Senefelderstraße 14

80336 München

Tel.: 089/51086432

Fax: 089/51086431

[www.results-institut.de](http://www.results-institut.de) [1]

Results UG

Sandra Sopp

Senefelder Straße 14

80336 München

089/51086432

[www.results-institut.de](http://www.results-institut.de) [1]

[info@results-institut.de](mailto:info@results-institut.de) [2]

Pressekontakt:

gepfeffert! Werbung mit Wirkung

Ellen Rutschke

Reismühlenstraße 50

81477 München



[info@results-institut.de](mailto:info@results-institut.de) [2]

089/51086432

<http://www.results-institut.de> [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 04:53):** <http://www.medkom24.eu/node/14566>

**Links:**

[1] <http://www.results-institut.de>

[2] <mailto:info@results-institut.de>