

Vier Phasen in der Heilung von ungewollter SSA

Phase I: Übergang (Verhaltenstherapie)

- ▶ Aufhören mit sexuellen Aktivitäten
- ▶ Ein Unterstützungsnetzwerk aufbauen
- ▶ Selbstwert aufbauen und Wert in der Beziehung zu Gott erfahren

Phase II: Grundlagen legen (Kognitive Therapie)

- ▶ Mit dem Unterstützungsnetzwerk weiterarbeiten
- ▶ Kontinuierlich Selbstwert aufbauen und Wert in der Beziehung zu Gott erfahren
- ▶ Fähigkeiten aufbauen: Selbstkompetenztraining, Kommunikationsfähigkeiten, Problemlösungstechniken/Konfliktkompetenz
- ▶ Beginn der Heilung des inneren Kindes: Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse erkennen

Phase III: Heilung der gleichgeschlechtlich-emotionalen/-sozialen Wunden (psychodynamisch)

- ▶ Weiterführen aller Aufgaben der Phasen I und II
- ▶ Entdecken der Ursachen der gleichgeschlechtlich-emotionalen/gleichgeschlechtlich-sozialen Wunden
- ▶ Beginn des Trauerprozesses, Vergebens und Übernehmens von Verantwortung
- ▶ Entwickeln gesunder, heilender Beziehungen zu Personen des gleichen Geschlechts

Phase IV: Heilung der andersgeschlechtlich-emotionalen/-sozialen Wunden (psychodynamisch)

- ▶ Weiterführen aller Aufgaben der Phasen I, II und III
- ▶ Entdecken der Ursachen der andersgeschlechtlich-emotionalen/andersgeschlechtlich-sozialen Wunden
- ▶ Weiterführen des Trauerprozesses, Vergebens und Übernehmens von Verantwortung
- ▶ Entwickeln gesunder, heilender Beziehungen zu Personen des anderen Geschlechts; das andere Geschlecht verstehen und schätzen lernen