

Psihoterapia psihanalitica se bazeaza pe teorii si practici ale psihologiei analitice si ale psihanalizei. Reprezinta un proces terapeutic care ajuta clientii sa-si inteleaga si sa-si rezolve problemele crescandu-le nivelul de constienta asupra propriei lumi interioare si a influentei acesteia atat asupra relatiilor trecute cat si prezente. Este diferita de majoritatea altor forme de terapie prin scopul sau de a obtine schimbari profunde si de durata in dezvoltarea personalitatii si in dezvoltarea emotionala.

Scopul psihoterapiei psihanalitice este sa ofere ajutor oamenilor cu tulburari psihologice. Acest scop se realizeaza prin intelegerea si rezolvarea problemelor emotionale si relationale profunde si adesea inconstiente, reducand astfel simptomatologia si atenuand distresul. Totusi, rolul sau nu se limiteaza la cei cu probleme de sanatate mentala. Multi oameni care nu reusesc sa dea un sens vietii lor sau care cauta un alt fel de a-si implini viata pot fi ajutati prin psihoterapia psihanalitica.

Relatia cu terapeutul este un element esential in terapie. Terapeutul ofera un cadru privat si confidential care faciliteaza procesul prin care patternurile inconstiente ale lumii interioare ale clientului se reflecta in relatia cu terapeutul (transfer). Acest proces ajuta pacientii in mod gradual sa isi identifice aceste patternuri si, pe masura ce devin constienti de ele, sa-si dezvolte capacitatea de a le intelege si de a le schimba.

Psihoterapia psihanalitica ofera un tratament eficient pentru o categorie de tulburari psihice, atat ca si tratament in sine cat si ca adjuvant la alte forme de tratament. Poate contribui semnificativ la starea de sanatate mintala si fizica a clientului, la starea sa de bine si la capacitatea sa de a-si organiza viata intr-un mod mai eficient.

Uneori oamenii cer ajutor pentru probleme specifice cum ar fi tulburarile alimentare,

tulburari prihosomatice, comportament obsesiv sau anxietati fobice. Alteori, cauta ajutorul datorita unor stari de anxietate si depresie, dificultati de concentrare, lipsa de satisfactie in munca sau incapacitatea de a lega relatii satisfacatoare. Psihoterapia psihanalitica se adreseaza adultilor, copiilor si adolescentilor. Daca psihoterapia psihanalitica este tratamentul ales pentru un individ anume depinde de o varietate de factori. Este adesea util sa se faca una sau mai multe sedinte preliminare cu un psihoterapeut inainte de a decide daca psihoterapia psihanalitica este un tratament adecvat pentru problema clientului. Ocazional, tratamentul poate fi de scurta durata dar in general psihoterapia psihanalitica presupune un tratament de lunga durata care implica un angajament considerabil atat pentru client cat si pentru terapeut.