Indikationen für eine Therapie

- Niedergeschlagenheit
- Traurigkeit
- Antriebslosigkeit
- Ängste und Panik
- Beziehungsprobleme
- Zurückgezogenheit
- Gedankenkreisen und Grübeln
- starke Stimmungsschwankungen
- verändertes Körpergefühl
- ungewöhnliche Wahrnehmungen (Stimmen, Bilder, ...)
- traumatische Erfahrungen
- innere Anspannungen, etc.

Kennen Sie diese oder ähnliche Erfahrungen? Fühlen Sie sich anders als sonst? Oder quälen Sie Sorgen? Dann nehmen Sie bitte **Kontakt** zu mir auf.

Gerald Maier-Köck MBA

Psychotherapeut in Ausbildung
unter Supervision *)

Ich begleite Sie gerne in allen psychischen Angelegenheiten Ihres Lebens - sowohl bei psychischen Erkrankungen und Leiden, bei Lebenskrisen sowie auch bei Wachstums- und Entwicklungsaufgaben jeglicher Art.

“Nichts ist permanent in dieser Welt. Nicht einmal unsere Probleme.”

Kontakt

+43-677-615 914 00
praxis@maier-koeck.com
www.psy-gesundheit.at
Bergmillergasse 6 / Top 15, 1140 Wien

(*) Ich befinde mich in der abschließenden Phase meiner Ausbildung und behandle selbständig Klienten unter anonymisierter Supervision eines eingetragenen Lehrpsychotherapeuten.

PSYCHOTHERAPIE

Wieder psychisch gesund werden!

MAIER-KÖCK

Verhaltenstherapeutische Praxis für psychische Gesundheit

WAS IST PSYCHOTHERAPIE?

Wissenschaftliches Heilverfahren

Psychotherapie ist ein wissenschaftlich fundiertes Heilverfahren für die Behandlung von unterschiedlichen psychischen Leiden und Erkrankungen in psychischen, psychosozialen sowie psychosomatischen Bereichen. Psychotherapie besteht neben anderen Heilverfahren (wie zB auch die Medizin) und arbeitet mit ihnen zusammen.

Wissenschaftliche Methoden

In der Psychotherapie werden wissenschaftlich erprobte und anerkannte Methoden angewandt, um dysfunktionale (hinderliche) Verhaltensweisen und Einstellungen zu ändern sowie neues funktionales (förderliches) Verhalten zu erlernen. So wird psychisches Leiden gelindert, die Heilung von Krankheiten gefördert und insgesamt auch zur persönlichen Reifung und psychischen Gesundheit beigetragen.

THERAPIE-ABLAUF

Das Ziel jeder Therapie ist Verständnis, Wachstum, Selbsterkenntnis und Verhaltensänderung. So wird Krankheits-Heilung bzw. nachhaltige Linderung erreicht.

Eine Therapie umfasst typischerweise folgende Inhalte und Schritte:

- umfassendes Verständnis der Symptome und des Krankheitsbildes
- Erstellung einer Krankheits-Diagnose
- Definition Ihrer Therapieziele und Ziele für psychische Gesundheit
- Erstellung Ihres individuellen Therapieplanes auf Basis Ihrer Ziele
- Identifikation von Krankheits-Ursachen
- Analyse problematischen Verhaltens und Denkmodelle
- Entwicklung und Training von alternativem und hilfreichem neuen Verhalten
- nachhaltige Ergebnis-Sicherung
- Notfallsplanung und Rückfallprophylaxe
- und noch einiges mehr

Individuelle Therapie

Jeder Therapieverlauf ist völlig individuell. Er richtet sich immer nach der Art und der Schwere des Leidens, den besonderen Bedürfnissen sowie Zielen des jeweiligen Patienten. Diese werden zu Therapiebeginn umfassend besprochen und legen den Rahmen für den weiteren Verlauf fest.

ANGEBOTE UND LEISTUNGEN

- Einzel-Therapie
- Gruppen-Therapie
- Selbsterfahrung (Einzel, Gruppe)
- Supervision
- Morgen-Aktivierung
- Psychotherapeutische Beratung

Therapie-Angebote für Kinder (ab 8 Jahre), Jugendliche, junge Erwachsene (18-25 Jahre) und Erwachsene. Termine gemäß Website.

Erst-Gespräch vereinbaren

0677-615 914 00