



Psychotherapie

MAG. ANNA VONWALD

Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision

"Mensch sein heißt ja niemals, nun einmal so und nicht anders sein zu müssen.
Mensch sein heißt immer, immer auch anders werden können." (Viktor Frankl)

Suchen Sie Hilfe bei der Bewältigung einer aktuellen oder länger andauernden Problematik?

Fühlen Sie sich niedergeschlagen, erschöpft, hilflos oder wertlos?

Fehlen Ihnen Lebensfreude und Lebenssinn?

Bei mir finden Sie die nötige Unterstützung!

Kontakt:

www.annavonwald.at

office@annavonwald.at

0677/64135198

Blechturmstraße 30/25

1040 Wien



Mein Leistungsangebot umfasst

Psychotherapie

- Depressionen, "Burnout"
- Ängste, Panikattacken, belastende Zwangsgedanken
- Soziale Probleme
- Schlafstörungen
- Süchte jeglicher Art
- Psychosomatische Beschwerden
- Selbstwertprobleme
- Sexuelle Probleme
- Probleme mit dem eigenen Körperbild
- Sinn und Identitätskrisen
- Familiäre Konflikte, Beziehungsschwierigkeiten, Partnerschaftsprobleme
- Belastende Lebenssituationen und Lebenskrisen (Trennung, Verlust, aktuelle Krisen,...)
- Probleme mit der eigenen Persönlichkeit

Beratung

- Erziehung, Schullaufbahn und Pubertät

Persönlichkeitsentwicklung und Selbsterfahrung

- Kennenlernen und Verstehen der eigenen Persönlichkeitsanteile, Verhaltensweisen, Emotionen, Gedanken, Beziehungsmuster,...
- Bearbeitung kritischer Lebensereignisse und biografische Einordnung
- Weiterentwicklung und Veränderung der Persönlichkeit

Arbeitsmethode: Verhaltenstherapie

Im Rahmen meiner psychotherapeutischen Tätigkeit arbeite ich verhaltenstherapeutisch. Die Verhaltenstherapie geht davon aus, dass Leidenszustände durch Veränderungen des Verhaltens beseitigt oder verringert werden können.

Bei Interesse kontaktieren Sie mich gerne.

