



Libertad Maria Hackl

*Schön, dass Sie
hier sind!*

»Jedes Mal, wenn mir zugehört wird und ich verstanden werde, kann ich meine Welt mit neuen Augen sehen und weiterkommen. Es ist erstaunlich, wie scheinbar unlösbare Dinge doch zu bewältigen sind, wenn jemand zuhört.«

Carl R. Rogers

ÜBER MICH

Ich bin mit familiären Wurzeln nach Spanien in Wien aufgewachsen und lebe hier mit meiner Familie in einer Patchworkkonstellation (ein Stiefsohn *2007, zwei Töchter *2013, *2017).

Meine Faszination für Menschen und soziale Lebensrealitäten, für innere Konflikte und zwischenmenschliche Dynamiken führte mich zunächst zum Film. Ich studierte Buch und Dramaturgie sowie Regie an der Filmakademie Wien und bin seither als freie Drehbuchautorin und Dramaturgin tätig. 2020 schlug ich zusätzlich die Ausbildung zur Psychotherapeutin ein. Zwei Berufsfelder also, die auf den ersten Blick unterschiedlich sind, sich für mich jedoch auf sinnvolle Weise ergänzen – denn in beiden beschäftige ich mich damit, Menschen in ihrem So-Sein und aus sich selbst heraus zu verstehen, ihre Entwicklungen zu begleiten und neue Blickwinkel und Perspektiven zu eröffnen.

Während der Ausbildung zur Psychotherapeutin sammelte ich praktische Erfahrungen im Bereich der psychotherapeutischen Versorgung von Kindern und Jugendlichen und war zudem in der gerontopsychosozialen Betreuung älterer sowie an Demenz erkrankter Menschen tätig. Seit 2024 bin ich Mitarbeiterin beim Blauen Kreuz Wien und Wien-Umgebung für von Alkoholsucht betroffene Menschen und deren Angehörige.

Als Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision befinde ich mich im letzten Abschnitt meiner Ausbildung zur personenzentrierten Psychotherapeutin.

ERSTGESPRÄCH

Das Erstgespräch ist unverbindlich und dient dem Kennenlernen und Klären Ihrer Anliegen und Fragen sowie der Rahmenbedingungen. Anschließend können Sie in Ruhe darüber nachdenken, ob eine Zusammenarbeit für Sie in Frage kommt.

EINZELTHERAPIE

Grundsätzlich findet Psychotherapie in Präsenz statt. Im Einzelfall können jedoch Gründe vorliegen, weswegen es notwendig ist, dass die Therapie oder einzelne Einheiten online per Videotelefonie stattfinden.

WALK & TALK

Für manche Menschen kann ein Setting im Gehen aus verschiedenen Gründen angenehmer sein. Die Praxisgemeinschaft liegt nahe zum Wiener Prater und zur Donau, von wo aus sich gemeinsam losgehen lässt.

KOSTEN

Erstgespräch: 50 Euro (50min), im Anschluss bar zu begleichen.
Einzelinheit: 80 Euro (50min), die Zahlungsmodalitäten besprechen wir im Erstgespräch.

Ich biete ein Kontingent an Plätzen zu ermäßigten Tarifen für Menschen mit geringem Einkommen an. Bitte scheuen Sie sich nicht, mich darauf anzusprechen.

Eine Rückvergütung durch die österreichischen Krankenkassen ist bei mir derzeit leider nicht möglich. Manche Zusatzversicherungen übernehmen jedoch einen Teil der Kosten. Bitte erkundigen Sie sich dazu gesondert bei Ihrer Zusatzversicherung.

»Das seltsame Paradoxon ist, dass, wenn ich mich so akzeptiere wie ich bin, ich die Möglichkeit erlange, mich zu verändern.«

Carl R. Rogers

FREQUENZ UND DAUER

Üblicherweise findet Psychotherapie einmal pro Woche statt. Gerade zu Beginn empfiehlt sich eine wöchentliche Frequenz. Andere Abstände sind nach Bedarf möglich. Die Dauer ist individuell und abhängig von Ihrem Anliegen. Manche Themen können in wenigen Einheiten bearbeitet werden, andere wiederum benötigen eine längere psychotherapeutische Begleitung. Dauer und Frequenz werden gemeinsam besprochen.

ABSAGEREGELUNG

Sollten Sie einen vereinbarten Termin nicht einhalten können, bitte ich um eine Absage bis spätestens 48 Stunden vorher. Ich bitte um Verständnis, dass nicht eingehaltene und nicht rechtzeitig abgesagte Therapiestunden in Rechnung gestellt werden.

VERSCHWIEGENHEIT

Als Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision unterliege ich – gemäß § 15 Psychotherapiegesetz – einer strengen gesetzlichen Verschwiegenheitspflicht. Alles, was Sie im Rahmen der Therapie erzählen, bleibt vertraulich.

IN AUSBILDUNG UNTER SUPERVISION

Ich befinde mich im letzten Ausbildungsteil zur Psychotherapeutin. Meine Arbeit wird -anonymisiert und unter Wahrung der Verschwiegenheitspflicht- in regelmäßigen Supervisionen von erfahrenen Psychotherapeut:innen begleitet, womit die Qualität der Therapie sichergestellt ist.

ARBEITSWEISE

Meine Arbeitsweise basiert auf der Personzentrierten Psychotherapie nach Carl R. Rogers. Mit ihrem humanistischen Menschenbild ist sie davon überzeugt, dass jeder Mensch die Fähigkeit in sich trägt, sich weiterzuentwickeln, Schwierigkeiten zu bewältigen und sein Leben frei zu gestalten. Dieses innere Potenzial kann sich jedoch nur dann frei entfalten, wenn bestimmte förderliche Bedingungen vorhanden sind – wie Einfühlung, bedingungslose Wertschätzung und ein authentisches Gegenüber. Manchmal können jedoch belastende Beziehungen, einschränkende Erfahrungen oder Lebenskrisen dazu führen, dass unser inneres Potenzial blockiert ist. Vielleicht zeigt sich das in Unsicherheit, in psychischen Leidenszuständen oder dem Gefühl, den eigenen Weg nicht mehr zu kennen.

In unserer gemeinsamen Arbeit möchte ich Ihnen einen geschützten Raum anbieten, in dem Sie mit allem willkommen sind, was Sie mitbringen. Ich begegne Ihnen mit einfühlsamem Verstehen, mit Wertschätzung und Authentizität – so dass Sie sich verstanden, ernstgenommen und in Ihrer Gesamtheit als Person angenommen fühlen können. In dieser Atmosphäre wird es möglich, dass sich Entwicklung und Veränderung auf natürliche Weise einstellen. Die Erfahrung einer solchen förderlichen Beziehung ermöglicht es, sich selbst besser zu verstehen, Klarheit und neue Perspektiven zu entwickeln und selbstbestimmt eigene Lösungen zu finden. Dabei sind und bleiben Sie Expert:in für Ihr Leben und bestimmen das Tempo. Sehr gerne begleite ich Sie dabei, mit schwierigen und beängstigenden Gefühlen umzugehen, eigene Stärken wieder zu entdecken und Beziehungen stimmiger zu gestalten.

Meine therapeutische Haltung ist zudem von einem Bewusstsein für gesellschaftliche Zusammenhänge, für strukturelle Ungleichheiten, Diskriminierungsformen und Machtverhältnisse geprägt, die unser Erleben und Verhalten mitbestimmen – etwa in Bezug auf Geschlecht, Herkunft, sexuelle Orientierung oder soziale Rollen.



*Ich freue mich,
Sie kennen-
zulernen!*

KONTAKT

Mag.^a art. Libertad Maria Hackl
Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision
(Humanistische Therapie / Personzentrierte Psychotherapie)

Praxisgemeinschaft Venediger Au 3/14, 1020 Wien
Mail: praxis@libertadmariahackl.at
Mobil: +43 670 19 888 63