

Meine Arbeitsbereiche Krankenkassenzuschuss möglich!

- Ängste
- Panikattacken
- Psychosomatische Beschwerden und Schmerzen
- Lebenskrisen
- Arbeit und Beruf
- Burnout
- Beziehung-Partnerschaft-Ehe
- Trennung - Scheidung
- Depression
- Stress - Entspannung
- Körperbewusstsein

Ich arbeite mit Jugendlichen, Erwachsenen und älteren Menschen im Einzel- bzw. Gruppensetting.

Die Therapie ist ein geschützter Raum, in dem Sie die vielfältigen Aspekte Ihrer Krise beleuchten können. Denn jedes Problem im Leben bringt immer auch die Chance einer Veränderung und eines positiven Neubeginns mit sich.

In einem telefonisch vereinbarten Erstgespräch haben Sie die Möglichkeit alle für Sie wichtigen Fragen zu stellen. Gemeinsam erarbeiten wir die möglichen Therapieziele.



Maria Sagl
Psychotherapeutin
Konzentrierte Bewegungstherapie

Engerthstraße 126/2/3/47
1200 Wien

Bahnstraße 50
2230 Gänserndorf

☎ 0676 6438468

maria.sagl@aon.at
www.website4u.at/sagl
www.psyonline.at/sagl

Haus-, Krankenhaus- und
Heimbesuche

Ängste ?

Lebenskrisen ?

Konflikte ?

Depressionen ?

???

Psychotherapie kann helfen!



„Selbst ein Weg von tausend Meilen
beginnt mit einem Schritt“

Weisheit aus Japan

„Wenn du wissen willst, was du willst, musst du dir ansehen, was du tust.“

Maria Sagl

Psychotherapeutin

Konzentrierte Bewegungstherapie

☎ 0676 6438468

maria.sagl@aon.at

www.website4u.at/sagl

www.psyonline.at/sagl

Praktika/Co-Therapie/Gruppen:

- Universitätsklinik für Psychiatrie Wien
- Kur- und Präventionszentrum Bad Pirawarth
- Klinik St. Irmingard, Psychosomatik, Prien/Chiemsee, Deutschland
- Psychosomatisches Zentrum Waldviertel Eggenburg
- Zentrum Jonathan Maissau
- Arbeit mit autistischen Menschen

Mitglied des ÖBVP

(Österreichischer Bundesverband für Psychotherapie)

Mitglied des ÖAKBT (Österreichischer Arbeitskreis für Konzentrierte Bewegungstherapie)

Leiden Sie unter persönlichen Problemen oder seelischen Belastungen und bekommen Sie diese alleine nicht (oder nicht mehr) in den Griff?

Sie haben die Möglichkeit professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Dies gilt vor allem auch dann, wenn diese Belastungen schon längere Zeit andauern oder sich im Laufe der Zeit verschlimmert haben.

Ziel einer Psychotherapie ist es, seelisches Leid zu heilen oder zu lindern, in Lebenskrisen zu helfen, gestörte Verhaltensweisen und Einstellungen zu ändern und die persönliche Entwicklung und Gesundheit zu fördern.

Psychotherapie ist ein eigenständiges Heilverfahren im Gesundheitsbereich für die Behandlung von psychischen, psychosozialen oder auch psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszuständen.



Konzentrierte Bewegungstherapie (KBT)

In der KBT wird der Körper als Ort des gesamten seelischen Geschehens verstanden. Über die genaue Wahrnehmung Ihres Körpers in Ruhe und Bewegung und über die Wahrnehmung von Äußerem (Gegenstände, Boden, Raum) machen Sie Erfahrungen im Hier und Jetzt und bekommen so Zugang zu Ihrer Innenwelt. Das, was Sie mit und in Ihrem Körper wahrnehmen und ausdrücken, wird als symbolisierte Erfahrung (Lebensgeschichte) verstanden. Auf diese Weise erkennen Sie sowohl Mängel und Schwächen als auch Stärken und alles, was Ihnen in Ihrem Leben hilfreich zur Verfügung steht (Ressourcen). Mit meiner Unterstützung können Sie neue Möglichkeiten, mit sich und der Umwelt umzugehen, entwickeln und erproben sowie neue Erfahrungen verkörpern. Die Grundlage der Therapie sind Erleben und Handeln und außerdem das Sprechen, damit Ihnen das Erlebte deutlich bewusst wird, Sie es mitteilen und für sich nutzen können.