



„WENN WIR EINE
SITUATION NICHT
ÄNDERN KÖNNEN,
MÜSSEN WIR UNS SELBST
ÄNDERN.“

VIKTOR EMIL FRANKL

MAG. KATHARINA GÖBL
KLINISCHE PSYCHOLOGIN
PSYCHOTHERAPEUTIN IN AUSBILDUNG UNTER SUPERVISION

BREITENFELDERSTRASSE 47A (NÄHE HBF)
5020 SALZBURG
TEL.: 0681/10 85 27 93
E-MAIL: KATHARINA@PRAXIS-GOEBL.AT

WWW.PRAXIS-GOEBL.AT

Für nähere
Informationen oder zur
Vereinbarung eines
Erstgesprächs freue ich
mich über Ihre
Kontaktaufnahme per
Telefon oder E-Mail.



**PRAXIS
MAG. KATHARINA GÖBL**

**PSYCHOTHERAPIE &
PSYCHOLOGISCHE BERATUNG**



„MENSCH SEIN HEISST JA NIEMALS, NUN EINMAL SO UND NICHT ANDERS SEIN MÜSSEN. MENSCH SEIN HEISST, IMMER AUCH ANDERS WERDEN KÖNNEN.“
VIKTOR EMIL FRANKL

In meiner Praxis biete ich Psychotherapie (Existenzanalyse), psychologische Behandlung und Beratung sowie Begleitung bei der Persönlichkeitsentwicklung, Selbst- und Sinnfindung.

Diese Art der Unterstützung kann zum Beispiel bei Angststörungen, Panikattacken, Depression, Trauer, Sucht, belastenden Lebenssituationen, Burn-out oder Beziehungsproblemen hilfreich sein.

Auch bei körperlichen Beschwerden, für die es keinen (ausreichenden) organischen Befund gibt (z.B. Herzklopfen, Schmerzen), und bei schweren oder chronischen Erkrankungen kann Psychotherapie stützend und lindern wirken.

Meine Schwerpunkte:

Angststörungen, insbesondere Panikattacken und soziale Ängste
Depression, insbesondere nach einer Geburt (postpartal)
Burn-out
Beratung und Begleitung bei Regulationsstörung im Säuglingsalter („Schrei-Babys“)
Probleme in der Beziehungsgestaltung (z.B. starke Eifersucht, Verlustangst)
Trennung
Psychosomatik (seelisch mitverursachte körperliche Beschwerden)



"ZU WISSEN, DASS VERÄNDERUNG MÖGLICH IST, UND DER WUNSCH, VERÄNDERUNGEN VORZUNEHMEN - DIES SIND ZWEI GROSSE ERSTE SCHRITTE."
VIRGINIA SATIR

Psychotherapie umfasst die Behandlung psychischer Störungen und Krankheiten sowie auch Hilfe bei der Bewältigung von körperlichen Erkrankungen und Lebenskrisen.

Das therapeutische Gespräch ermöglicht es, sich in einem geschützten Rahmen mit Unverstandenem, Schmerzhaftem und Belastendem im aktuellen Erleben oder aus der Vergangenheit auseinanderzusetzen. Das bietet die Chance, sich selbst besser verstehen zu lernen und so als Persönlichkeit zu wachsen und zu reifen. Ein neuer Umgang mit sich selbst und in Beziehungen wird möglich, der zu mehr Erfüllung und Lebensfreude führen kann.

Die Existenzanalyse wurde in den 1930-er Jahren vom Wiener Psychiater Viktor Emil Frankl begründet. Seit den 1980-er Jahren wurde und wird die Existenzanalyse von dem Psychotherapeuten, Psychologen und Arzt Alfred Längle, einem früheren Mitarbeiter Viktor Franks, entscheidend weiterentwickelt.

Als Ziel existenzanalytischer Behandlung betrachten wir ein Leben mit innerer Zustimmung und persönlicher Erfüllung. Zustimmung entspricht in diesem Verständnis einem inneren „Ja“ zur Welt, zum Leben, zum Selbstsein (zur Person) und zum Sinn.