

Zusatzinformation: Arbeitsschwerpunkte

PSYCHOTHERAPIE/SELBSTERFAHRUNG

Mein Anliegen ist es, im Rahmen einer geschützten und wohlwollenden therapeutischen Beziehung, sich selbst mit seinen Licht- und Schattenseiten erkennen und lieben zu lernen, sich auf soziale Beziehungen einlassen und wertschätzend abgrenzen zu können und globalen Herausforderungen mit Sachlichkeit und Toleranz begegnen zu können. Die Verinnerlichung der therapeutischen Beziehung, als Modell einer positiven Beziehungserfahrung, kann einerseits die emotionale Selbstregulierung erhöhen und andererseits zum inneren Kompass für soziales Miteinander werden.

SUPERVISION

Mein Anliegen ist es, im Kontext einer wohlwollenden, professionellen Beziehung auf Augenhöhe, äußere Vorgänge, Psycho- und Teamdynamiken rational neu einzuordnen, zu benennen und gleichzeitig mit den eigenen Emotionen und Verhaltensweisen, die dabei aktiviert werden, in Kontakt kommen. Dabei wird davon ausgegangen, dass äußere Vorkommnisse mit inneren Abläufen und Reaktionsmustern in ständiger Wechselwirkung zueinander stehen. Dieser Verständnisprozess, über das Zusammenwirken von Innen und Außen, führt zu neuen Gestaltungsmöglichkeiten.

Zu meiner Person:

- 26 Jahre psychotherapeutische und supervisorische Praxis (eingetragene Psychotherapeutin seit 1998)
- 40 Jahre Lehrtätigkeit (JKU 1985-1995 und Pädagogische Hochschule der Diözese Linz seit 1987)
- Beratung und Supervision für Studierende (2003 bis 2021 an der PH)