



HILDEGARDZENTRUM
Institut für Physiotherapie und Psychotherapie
Kloster Gut Aich
Fürbergstr. 15 / A-5340 St. Gilgen
Tel.: 06227/2318-480
Fax.: 06227/2318-479

Geschäftsführer:
Bernhard Pfusterer
Ärztlicher Leiter:
Dr. Peter Kowatsch
Psychotherapeutischer Leiter:
P. Dr. Johannes Pausch OSB

Psychotherapie im Hildegardzentrum

Die psychotherapeutischen Behandlungen werden nach einem ausführlichen Erstgespräch von ausgebildeten PsychotherapeutInnen in unserem Ambulatorium durchgeführt.

Was ist Psychotherapie ?

Psychotherapie ist die fachliche Unterstützung/Hilfe/Behandlung die ein/e PsychotherapeutIn einer Person gibt mit dem Ziel die eigenen Gefühle, Gedanken, Einstellungen, Verhaltensmuster bewußter wahrzunehmen und wenn notwendig zu verändern. Psychotherapie kann auch eine Hilfe sein mit körperlichen Krankheiten und Krisen besser umzugehen.

In welchen Situationen ist Psychotherapie hilfreich ?

- Ängste und Angstzustände die das Leben behindern
- Erlebnisse (z.B. Schock, Unfälle) die nicht verarbeitet werden
- Belastende Kindheitserfahrungen
- Lern-, Verhaltens- und Entwicklungsstörungen bei Kindern
- Krisen in Beziehungen und Lebensübergängen (z.B. Pensionierung)
- Unbewältigte Trauer (z.B. nach Tod eines Angehörigen)
- Essstörungen
- Belastende Stimmungsschwankungen (z.B. Depressionen)
- Minderwertigkeitsgefühle und mangelndes Durchsetzungsvermögen
- Psychosomatische Erkrankungen (z.B. Schlafstörungen, Kopfschmerzen)
- Betreuung nach Krebserkrankungen
- Krisenintervention (z.B. bei Suizidgefährdung)
- Zwängen

Rahmenbedingungen der Psychotherapie:

- Erstgespräch und Abklärung der Situation
- Festlegung der Dauer und Häufigkeit der Behandlung