

Mag.^a Astrid Zimmel

- geboren in Wien
- Studium der Psychologie an der Universität Wien
- Leitung Einzel- und Gruppengespräche mit Schwerpunkt Trauerbegleitung (Bestattung am Rochusmarkt)
- Psychologin bei der IGSL-Hospizbewegung, Leitung von Seniorenrunden und Trauerbegleitung
- Ausbildung bei Forum, Personenzentrierte Psychotherapie, Ausbildung und Praxis
- langjährige Betreuung und Begleitung psychisch kranker Menschen im Alltag – Verein LOK (Leben ohne Krankenhaus)

*Es ist eine sehr paradoxe Sache –
in dem Maße
wie jeder von uns gewillt ist,
er selbst zu sein,
entdeckt er,
dass er sich verändert,
und nicht nur das:
Er findet auch,
dass sich andere verändern,
zu denen er Beziehung hat.*

C. Rogers



Mag.^a Astrid Zimmel

Psychologin
Personenzentrierte Psychotherapeutin

1180 Wien
Hans-Sachs-Gasse 22
1. Stock, Top 4/5

Termine nach Vereinbarung

Tel.-Nr.: 0699/120 156 55
E-Mail: astrid.zimmel@aon.at
www.wachstumsraeume.at

Meine Themenschwerpunkte:

- Ängste
- Panikattacken
- Zwänge
- Stress
- Schlafstörungen
- Depressionen
- Suchterkrankungen
- Krisen
- Persönlichkeitsstörungen
- Persönlichkeitsentwicklung
- Schizophrenie
- Sinnfragen
- psychosomatische Erkrankungen
- Beziehungsprobleme
- sexuelle Probleme
- Schuldgefühle
- Selbstmordgedanken
- Selbstwertprobleme
- Einsamkeit
- Verarbeitung von Verlusten
- Raucherentwöhnung

Bei der Personzentrierten Psychotherapie steht die Einzigartigkeit der Person im Mittelpunkt, als deren hauptsächliche Antriebskraft die Tendenz zur Aktualisierung, zur Erhaltung, Behauptung und Entwicklung der Persönlichkeit angesehen wird.

Als Personzentrierte Psychotherapeutin unterstütze ich Menschen, ihren eigenen Weg im Umgang mit ihren Problemen zu finden, sich selbst besser kennenzulernen, zu verstehen und sich so zeigen zu können, wie sie sind.

Mein Therapieangebot richtet sich an Jugendliche, Erwachsene und ältere Menschen.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, können wir gerne einen Termin für ein Erstgespräch vereinbaren.

Dabei besprechen wir den Ablauf, die Therapiedauer und Häufigkeit der folgenden Termine sowie die Kosten.

Es besteht die Möglichkeit, dass Ihnen bei entsprechender Diagnosestellung Ihre Krankenkasse einen Teilbetrag pro Psychotherapieeinheit ersetzt.

