

G.

# Psychotherapie



**Ingrid Gilli, MSc**

Als **Psychotherapeutin** setze ich mir zum Ziel, Sie in Ihrer körperlich-seelisch-geistigen Ganzheit im Rahmen einer kooperativen Beziehung zu begleiten, um Ihre Gesundheit wieder herzustellen, die Entwicklung Ihrer Persönlichkeit zu fördern und lindernde Stützung zu geben.

## **Thematische Arbeitsschwerpunkte**

Angst, Panikattacken, Burnout, Depression, Stress/Entspannung, Beziehung, Trauer, Traumata, Essstörungen, Entwicklungsstörungen, Verhaltensauffälligkeiten, Beeinträchtigungen, Ressourcenarbeit, Biografiearbeit u. a.

## **Was bewirkt Psychotherapie?**

Psychotherapie ist ein eigenständiges Heilverfahren im Gesundheitsbereich für die Behandlung von psychischen, psychosozialen oder psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszuständen. Psychotherapie kann heilend, lindernd, gesundheitsfördernd, präventiv vorbeugend oder persönlichkeitsentwickelnd wirken (Patienteninformation der Donau-Universität Krems).

Meine Therapierichtung nennt sich **Integrative Therapie**. In dieser können neben dem Gespräch auch kreative Medien (Zeichnen, Schreiben, Malen, Musik oder Bewegung) zum Einsatz kommen – denn nicht alles kann in Worte gefasst werden und nicht alle Menschen bevorzugen das Gespräch (das gilt vor allem für Kinder).

**Zielgruppen:** Kinder, Erwachsene, Familien, Menschen mit Beeinträchtigungen

## **Zu meiner Person**

Ich wurde in Leoben geboren und bin Mutter dreier Söhne. Nach meinem Studium am Mozarteum in Salzburg und meiner Unterrichtstätigkeit am Konservatorium Graz war ich als Waldorflehrerin an einer Inklusionsschule tätig und arbeite dort bis heute u.a. als Musiktherapeutin. Berufsbegleitend absolvierte ich eine Psychotherapieausbildung an der Donau-Universität Krems.

Schulgasse 1, 8072 Fernitz–Mellach

**Tel. :** +43 650 23 07 158 **E-Mail:** [ingridgilli@yahoo.de](mailto:ingridgilli@yahoo.de)