

## Mein Angebot

Ich biete Ihnen Begleitung und Unterstützung im Umgang mit schwierigen Situationen wie z.B.

- Lebenskrisen
- Tod, Trauer, Abschied
- Bewältigung von körperlich-seelischen Beschwerden
- Wege aus der Depression, aus Angstzuständen und Panikattacken
- Stressbewältigung in der Arbeit und im Beruf
- Belastungen im familiären Umfeld
- Lösungsfindung bei Problemen in zwischenmenschlichen Beziehungen
- Neuorientierung
- Selbsterfahrung und Wahrnehmung eigener Wünsche und Bedürfnisse
- Sinnfindung

Mag.(FH)

**Monika BACHINGER MSc.**

Sozialarbeiterin und  
Personzentrierte Psychotherapeutin

## Kontakt

0660 / 35 92 090

monika-bachinger@gmx.at  
Termine nach Vereinbarung

## Praxis

4470 Enns, Mauthausner Straße 57  
barrierefreier Zugang  
Parkplätze vor dem Haus

Personzentrierte  
**PSYCHOTHERAPIE**

Mag.(FH)

**Monika BACHINGER MSc.**

4470 Enns  
Mauthausner Straße 57

## Grundgedanke

Die Personzentrierte Psychotherapie wurde von Carl R. Rogers begründet:

Der Grundgedanke liegt darin, dass jeder Mensch ein unermessliches Potential zu individuellem Wachstum und zur persönlichen Entfaltung in sich hat.

Durch ungünstige Erfahrungen kann dieses Potential eingeschränkt und blockiert werden bzw. es ist der bewussten Wahrnehmung nicht mehr zugänglich.

In einer Atmosphäre von einfühlendem Verstehen, positiver Wertschätzung, Aufrichtigkeit und Präsenz in der Beziehung ist es möglich, wieder Zugang zu den eigenen Qualitäten zu finden, ihnen Ausdruck zu verleihen und als Person zu reifen.

## Zu meiner Person



**Donau-Universität Krems**  
Masterstudiengang Personzentrierte  
Psychotherapie (ÖGWG)

**Fachhochschule Linz**  
Diplomstudiengang Sozialarbeit

**Pro Mente Akademie**  
Weiterbildungscurriculum  
Psychotraumatologie

**IFLW Institut für Integrative  
Lerntherapie und Weiterbildung**  
Eltern-Trainerin bei ADHS/ADS

**EFT Netzwerk International**  
EFT-Practitioner-Ausbildung  
Therapie bei Ängsten, Panikattacken,  
Posttraumatischen Belastungsstörungen

## Berufliche Tätigkeit

Seit 2015  
freie Praxis als Personzentrierte  
Psychotherapeutin

Seit 2017  
Sozialarbeiterin im Zentrum für  
seelische Gesundheit Linz,  
Rehabilitation für Menschen mit  
psychischen Erkrankungen

Seit 2012  
Mitarbeiterin im Kriseninterventions-  
team (KAT) der Krisenhilfe OÖ.

2013 - 2017  
Psychosoziale Familienberaterin in  
der Beratungsstelle Perspektive für  
Familienangehörige bei ADHS/ADS

2011 - 2013  
Schulsozialarbeiterin (SuSA) der  
Kinder- und Jugendhilfe Freistadt

2010 - 2011  
Klinische Sozialarbeiterin an der LNK  
Wagner-Jauregg, Linz