



Integrative Therapie

Als Integrative Psychotherapeutin begleite ich Sie wertschätzend und respektvoll auf einem Stück Ihres Lebensweges und helfe Ihnen ihre psychophysische Gesundheit aufrechtzuerhalten bzw. zu verbessern.

In meiner Praxis arbeite ich mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Folgende Settings sind möglich: Einzelperson, Paar, Familie oder auch in einer Gruppe. Ihre Anliegen werden in einem geschützten Rahmen besprochen. Es ist mir sehr wichtig, Sie bei der Erreichung ihrer Ziele bestmöglich mit meiner Erfahrung und meinem Wissen zu unterstützen. Wenn Sie wünschen können wir gerne meine kleine Co-Therapeutin Zoé miteinbinden. Gerade in der Therapie mit Kindern und Jugendlichen ist Zwergspitzhündin Zoé eine große Bereicherung!

Ich unterliege der Schweigepflicht während und auch nach einer Therapie, einer Beratung oder eines Coachings. Gerne dürfen Sie mich telefonisch oder per E-Mail kontaktieren, wenn Sie Fragen haben oder einen Termin für ein Erstgespräch vereinbaren möchten.

Jacqueline Ritt, MSc



BERATUNG - COACHING - PSYCHOTHERAPIE

Gartenweg 1 | 3313 Wallsee

Marktplatz 15 | 3352 St. Peter in der Au

0676/37 37 700

info@praxis-ritt.at

www.praxis-ritt.at

Integrative Therapie
Donau Universität Krems

Brainspotting
Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin
Referentin für medizinische Assistenzberufe



BERATUNG - COACHING - PSYCHOTHERAPIE

Jacqueline Ritt, MSc

Psychotherapeutin für Erwachsene, Kinder und Jugendliche

Sobald du merkst, dass du dich im Kreis drehst, ist es Zeit aus der Reihe zu tanzen.



Beratung

- Paarberatung
- Eheberatung
- Elternberatung
- Erziehungsberatung
- Berufswahl, Wunsch nach Veränderung
- Mangel an Selbstvertrauen
- Stressmanagement

Coaching

Zur Entwicklung und Umsetzung beruflicher und persönlicher Ziele.
Für Führungskräfte und Mitarbeiter*innen in Teams zu Themen wie:

- Burnout Prävention
- Förderung einer guten Zusammenarbeit im Team
- Kommunikation im Team
- positives und konstruktives Feedback geben
- Konflikte lösen und verstehen lernen
- Stress abbauen - Bewältigungsstrategien aneignen
- Professionelle Gesprächsführung - Mitarbeitergespräche
- Abgrenzung - Umgang mit Nähe und Distanz, besonders in sozialen Berufen
- Psychohygiene
- Supervision für Mitarbeiter*innen und Führungskräfte in Pflegeberufen
- Stärkung des Selbstvertrauens und Selbstwertgefühls

Sie haben Interesse an einem Seminar/Workshop, zur Erhaltung der psychophysischen Gesundheit Ihres Teams?
Die Themen können individuell nach Absprache gewählt werden.

Psychotherapie

- Zur Persönlichkeitsentwicklung und Entscheidungsfindung
- Burnout - Vorbeugung, Behandlung, Rückfallprophylaxe
- Mobbing am Arbeitsplatz, in der Schule, ...
- Bei Krisen wie Trennung, Scheidung, Unfall, Fehlgeburt, Todesfall, ...
- Ängste und Panikattacken (Zahnarztangst, Verlustängste, ...)
- Belastende Diagnosen (Krebs, Multiple Sklerose, Colitis Ulcerosa, ...)
- Bei Gewalterfahrung oder anderen traumatischen Erlebnissen
- Depressionen
- Schlafstörungen, Wunsch nach Stressreduktion und Entspannung
- Psychosomatische Beschwerden - körperliche Erkrankung und/oder Schmerzen durch psychische Belastung
- Veränderungen wie Schwangerschaft, Pensionsantritt, Menopause, ...
- Erkrankungen der Schilddrüse (Hashimoto, Hypo- oder Hyperthyreose, ...)
- Erkrankungen der Haut (Neurodermitis, Psoriasis, ...)
- Homosexualität / Coming-Out
- Bei Themen, die die Kindheit, Jugend und das Erwachsenwerden betreffen
- Wenn Sie Angehöriger von einem Menschen mit der Diagnose Krebs oder einer anderen bedrohlichen Erkrankung sind
- Selbstfindung - Stärkung der eigenen Identität