



Psychotherapie
Beratung & Coaching
Praxis Eva Lak

Praxis 1200 Wien: Pappenheimgasse 29/3/1A

Erreichbarkeit: U6, Straßenbahnen 31 und 33,
Autobus 5B (jeweils Station Jägerstraße)

Praxis 1140 Wien: Linzer Straße 373/2

Erreichbarkeit: U4 (Endstation Hütteldorf),
Straßenbahn 49 (Station Bahnhofstraße)

Terminvereinbarung:

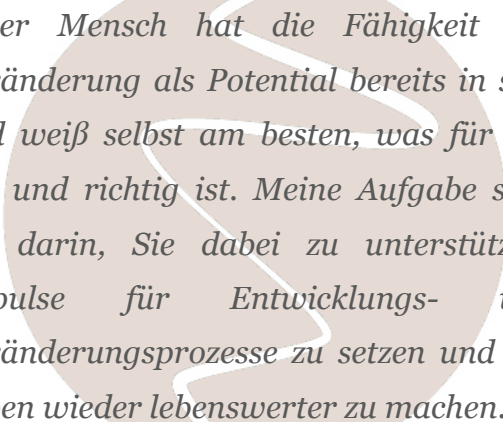
telefonisch: +43 699 180 061 50
e-mail: praxis@psychotherapie-lak.at

www.psychotherapie-lak.at



Eva Lak, MSc

Psychotherapeutin - Integrative Therapie
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin



*Jeder Mensch hat die Fähigkeit zur
Veränderung als Potential bereits in sich
und weiß selbst am besten, was für ihn
gut und richtig ist. Meine Aufgabe sehe
ich darin, Sie dabei zu unterstützen,
Impulse für Entwicklungs- und
Veränderungsprozesse zu setzen und Ihr
Leben wieder lebenswerter zu machen.*



Psychotherapie
Beratung & Coaching
Praxis Eva Lak



Eva Lak, MSc

Psychotherapeutin - Integrative Therapie
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

+43 699 180 061 50
praxis@psychotherapie-lak.at
www.psychotherapie-lak.at

Psychotherapie

Psychotherapie ist ein Behandlungsverfahren zur Heilung und Linderung von emotionalen, seelischen, geistigen und psychosomatischen Krankheiten und Leidenszuständen.

Psychotherapie ist ein Weg zur inneren Gesundheit. Sie eröffnet einen tieferen Zugang zu sich selbst und zu seinen Mitmenschen. Der eigene Handlungsspielraum und die Beziehungsfähigkeit nehmen zu.



Die Basis meiner Arbeit ist die Achtung vor der Einzigartigkeit, Eigenverantwortung und der Würde jeder Person. Psychotherapie basiert auf einer vertrauensvollen und tragfähigen Beziehung in einem geschützten Rahmen, in dem persönliche Gespräche gewährleistet sind.

Meine Arbeitsschwerpunkte

- Depressionen
 - manisch-depressive Erkrankungen
 - Ängste und Panikattacken
 - Selbstwertprobleme
 - Beziehungsprobleme
 - Schwierigkeiten am Arbeitsplatz
 - Burnout, Stress, Erschöpfung
 - Schlafstörungen, innere Unruhe
 - Zwangserkrankungen
 - Psychosomatische Erkrankungen
 - Psychosen
 - Abhängigkeit
 - Krisen und Lebensveränderungen
 - Verlusterlebnisse, Trauer, Abschied
- * *Psychotherapie, Beratung und Coaching biete ich in deutscher und ungarischer Sprache an.*
- * *Pszichoterápiát, tanácsadást és coachingot a német mellett magyar nyelven is vállalok.*

Integrative Therapie

Die Integrative Therapie ist ein modernes psychotherapeutisches Verfahren, das eine ganzheitliche Behandlung nach wissenschaftlichen Erkenntnissen bietet. Der Mensch wird als Gesamtheit von Körper, Seele und Geist in seiner Vielschichtigkeit gesehen.

Wenn das für den therapeutischen Prozess hilfreich ist, können neben dem Gespräch auch unterschiedliche Methoden und Medien (z.B. Zeichnen, Symbole, Körperwahrnehmungsübungen, Rollenspiele, Aufstellungen) zum Einsatz kommen.



Beratung & Coaching

Nicht immer ist der Einstieg in einen therapeutischen Prozess notwendig. Wenn Sie sich punktuell Unterstützung bei einem Problem wünschen, eine bestimmte Entscheidung treffen oder eine Veränderung im Leben bewältigen müssen, können manchmal bereits 3 bis 10 Beratungs- bzw. Coachingstunden zur Linderung Ihres Problems beitragen.