



MAG.^ª ALEXANDRA SACKL

Psychotherapeutin, Bildungs- und
Erziehungswissenschaftlerin
Systemische Familientherapie

KONTAKT

- ☎ 0664 4546917
- ✉ office@psychotherapie-sackl.at
- 📍 www.psychotherapie-sackl.at

SCHWERPUNKTE

- Angst- & Panikstörungen
- Burn-out & Erschöpfung
- Depression
- Akute Krisen
- Berufliche Neuorientierung
- Einzelselbsterfahrung

ARBEITSWEISE

- systemisch
- ressourcenorientiert
- strukturiert & stabilisierend
- entwicklungsfördernd

MEIN ANGEBOT IM TPZ

Ich begleite Jugendliche, junge Erwachsene und Erwachsene in herausfordernden Lebenssituationen. Als Systemische Familientherapeutin unterstütze ich Menschen dabei, belastende Muster zu verstehen, neue Perspektiven zu entwickeln und eigene Handlungsspielräume zu erweitern.

Ein Schwerpunkt meiner Arbeit liegt in der Begleitung bei Angst- und Panikstörungen, Burn-out und emotionaler Erschöpfung sowie bei Depressionen.

Auch in akuten Krisen – etwa bei Trennung, Verlust, beruflichen Umbrüchen oder plötzlichen Veränderungen – biete ich stabilisierende Unterstützung.

Darüber hinaus begleite ich Menschen bei beruflicher (Neu-)Orientierung und persönlicher Entwicklung.

Ich biete außerdem Einzelselbsterfahrung für Personen im psychotherapeutischen Propädeutikum an.

Unter bestimmten Voraussetzungen stehen Kassenplätze zur Verfügung.

AUSBILDUNG & PRAXIS

- Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie)
- Bildungs- und Erziehungswissenschaftlerin
- Seit 2018 selbstständig tätig
- Praxisstandorte: Söding & Lieboch



Therapiezentrum
S Ö D I N G