



MAG. KATHARINA GÖBL  
KLINISCHE PSYCHOLOGIN

RAINERSTRASSE 9  
5020 SALZBURG  
TEL.: 0681 / 10 85 27 93  
E-MAIL: KATHARINA@PRAXIS-GOEBL.AT  
WWW.PRAXIS-GOEBL.AT

**PRAXIS**  
**MAG. KATHARINA GÖBL**

**PSYCHOTHERAPIE &  
PSYCHOLOGISCHE BERATUNG**

Für nähere  
Informationen oder zur  
Vereinbarung eines  
Erstgesprächs freue ich  
mich über Ihre  
Kontaktaufnahme per  
Telefon oder E-Mail.



„WENN WIR EINE  
SITUATION NICHT  
ÄNDERN KÖNNEN,  
MÜSSEN WIR UNS SELBST  
ÄNDERN.“

VIKTOR EMIL FRANKL



„MENSCH SEIN HEISST JA NIEMALS, NUN EINMAL SO UND NICHT ANDERS SEIN MÜSSEN. MENSCH SEIN HEISST, IMMER AUCH ANDERS WERDEN KÖNNEN.“  
VIKTOR EMIL FRANKL

In meiner Praxis biete ich Psychotherapie (Existenzanalyse), psychologische Behandlung und Beratung sowie Begleitung bei der Persönlichkeitsentwicklung, Selbst- und Sinnfindung.

Diese Art der Unterstützung kann zum Beispiel bei Angststörungen, Panikattacken, Depression, Trauer, Sucht, belastenden Lebenssituationen, Burn-out oder Beziehungsproblemen hilfreich sein.

Auch bei körperlichen Beschwerden, für die es keinen (ausreichenden) organischen Befund gibt (z.B. Herzklopfen, Schmerzen), und bei schweren oder chronischen Erkrankungen kann Psychotherapie stützend und lindern wirken.

#### Meine Schwerpunkte:

Angststörungen, insbesondere Panikattacken und soziale Ängste  
Depression, insbesondere nach einer Geburt (postpartal)  
Burn-out  
Beratung und Begleitung bei Regulationsstörung im Säuglingsalter („Schrei-Babys“)  
Probleme in der Beziehungsgestaltung (z.B. starke Eifersucht, Verlustangst)  
Trennung  
Psychosomatik (seelisch mitverursachte körperliche Beschwerden)



"ZU WISSEN, DASS VERÄNDERUNG MÖGLICH IST, UND DER WUNSCH, VERÄNDERUNGEN VORZUNEHMEN - DIES SIND ZWEI GROSSE ERSTE SCHRITTE."  
VIRGINIA SATIR

Psychotherapie umfasst die Behandlung psychischer Störungen und Krankheiten sowie auch Hilfe bei der Bewältigung von körperlichen Erkrankungen und Lebenskrisen.

Das therapeutische Gespräch ermöglicht es, sich in einem geschützten Rahmen mit Unverstandenem, Schmerzhaftem und Belastendem im aktuellen Erleben oder aus der Vergangenheit auseinanderzusetzen. Das bietet die Chance, sich selbst besser verstehen zu lernen und so als Persönlichkeit zu wachsen und zu reifen. Ein neuer Umgang mit sich selbst und in Beziehungen wird möglich, der zu mehr Erfüllung und Lebensfreude führen kann.

Die Existenzanalyse wurde in den 1930-er Jahren vom Wiener Psychiater Viktor Emil Frankl begründet. Seit den 1980-er Jahren wurde und wird die Existenzanalyse von dem Psychotherapeuten, Psychologen und Arzt Alfried Längle, einem früheren Mitarbeiter Viktor Franks, entscheidend weiterentwickelt.

Als Ziel existenzanalytischer Behandlung betrachten wir ein Leben mit innerer Zustimmung und persönlicher Erfüllung. Zustimmung entspricht in diesem Verständnis einem inneren „Ja“ zur Welt, zum Leben, zum Selbstsein (zur Person) und zum Sinn.