

„Körperliche Beschwerden die keine Ursachen zu haben scheinen, psychischer Leidensdruck und Lebenskrisen können uns Menschen an einer Weiterentwicklung behindern. Psychotherapie kann helfen, solche Probleme besser zu bewältigen.“

Über Ihre Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit sich und Ihren Gefühlen können Sie unter meiner professionellen Anleitung Einsicht in das eigene Handeln erlangen, sich von alten Mustern verabschieden und Ihre Lebensqualität – und Freude – verbessern.

Meine Haltung: Respekt, hohe Wertschätzung und Offenheit gegenüber der Vielzahl an Möglichkeiten wie Menschen ihr Leben gestalten.



Kontakt:

Mag.^a Bettina Russold

Leebgasse 12/3/15

1100 Wien

☎ 0699/173 444 93

www.psychotherapie-russold.at

✉ praxis@psychotherapie-russold.at

Öffentliche Erreichbarkeit ...

🚶 **U1:** Keplerplatz (Ausgang: Raaber Bahn Gasse), ca. 7 Gehminuten

🚶 **14 A:** Erlachplatz (ca. 4 Gehminuten)

🚶 **O:** Laxenburgerstr./Gudrunstraße (ca. 6 Gehminuten)

Mit dem Auto ...

Im 10. Bezirk gibt es derzeit noch kein Parkpickerl!
Öffentliche Parkplätze sind vorhanden.



Mag.^a Bettina Russold

Psychotherapie Supervision & Coaching



„Ereignisse der Vergangenheit können wir nicht ändern, aber die Auswirkungen die sie auf uns haben.“ (Virginia Satir)

Mein Angebot gibt es auch in „LEICHTER SPRACHE“ unter www.psychotherapie-russold.at und als Folder unter PsyOnline (www.psyonline.at) zum downloaden.

Ich begleite und unterstütze ...

- Kinder
- Jugendliche
- Erwachsene
- Paare
- Familie/Stieffamilie

Meine Arbeitsbereiche sind ...

- Arbeit & Psyche (Stress, Mobbing, Erwerbslosigkeit, u. a.)
- Ängste/Panik/Zwänge
- Behinderung (Betroffene und/oder Angehörige)
- Belastungsreaktionen/Traumafolgestörungen
- Beziehung und Partnerschaft
- Depressionen/Erschöpfungszustände
- Krisenhafte Lebensübergänge
- Psychosomatische Beschwerden
- Selbstwert
- Verlust & Trauer

Das finden Sie in meiner Praxis

- **Entlastung** – über Sorgen und Schwierigkeiten sprechen
- **Klarheit** – Schwierigkeiten einordnen können
- **Begleitung** – gemeinsam Lösungen entwerfen
- **Veränderung** – Verhaltensmuster erkennen und neue Strategien erlernen

Als systemisch arbeitende Psychotherapeutin beziehe ich die komplexen Lebensumstände der betreffenden Person (Familie, Arbeit, Freundschaften) und deren Wechselwirkungen in die Behandlung mit ein und nutze sie für die gemeinsame Erarbeitung von Lösungen.

„Hoffnung und Motivation sind ein wichtiger Bestandteil von Veränderung“

Mehr Informationen über mich und mein Angebot auf meiner Webseite.



Meine Praxis in der Leebgasse.

Mag.^a phil. Bettina Russold

1971 geboren, verheiratet,
2 Kinder



- Psychotherapeutin in freier Praxis (Systemische Therapie), eingetragen in die Psychotherapeutinnenliste des Bundesministeriums für Gesundheit
- Gründerin und Leiterin der Praxisgemeinschaft Leebgasse (Therapien und Mentale Gesundheit) www.praxis-leebgasse.jimdo.com
- Studium der Bildungswissenschaft an der Universität Wien (Schwerpunkte: Psychoanalytische Pädagogik, Sonder- und Heilpädagogik, Berufliche Rehabilitation)
- Coach (langjährige Erfahrung in der Beruflichen Rehabilitation von Menschen mit psychischen und neurologischen Erkrankungen)
- Kinderschutzexpertin

Berufliche Stationen/klinische Praktika

- Therapieambulanz AST, Wien
- Landesklinikum Baden (psychiatrische Abteilung – Tagesklinik)
- Behindertenbetreuerin (Caritas),
- Sozialpädagogin (Krisenzentrum)
- Repräsentation beim Österreichischen Blinden- und Sehbehindertenverband
- Clearing, Jobcoaching (Caritas)
- Arbeitsassistentin (PSZ GmbH)