



## Aus- und Fortbildungen

- Psychologische Therapie bei Long Covid
- Psychologische Traumatherapie bzw. Traumapädagogik
- Zusammenhang von Trauma und Resilienz
- Psychotherapeutisches Propädeutikum
- Achtsamkeit und Selbstmitgefühl
- Resilienz und Stressbewältigung
- Diagnostik und Therapie von ADHS im Erwachsenenalter
- Diagnose und Behandlung von Zwangsstörungen
- Psychologische Krisenintervention
- Embodiment und Regulierung von Atmung und Nervensystem durch Qi Gong
- Fortbildung in Energetischer Psychologie/Psychotherapie ED & TM nach Dr. Fred Gallo
- Ausbildung zur Klinische- und Gesundheitspsychologin
- Studium der Psychologie
- Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin

## Berufliche Stationen:

- SK-RZ Felbring Rehabilitationszentrum für Herz-Kreislaufkrankungen
- Verein zur Schaffung von therapeutischen Wohnheimen, Wohngemeinschaft „Pension Bettina“ (Teilbetreute Wohngemeinschaft für Menschen mit Erkrankungen aus dem schizophrenen Formenkreis und deren Angehörigen)
- Diakonie Flüchtlingsdienst (Beratung und Behandlung von traumatisierten AsylwerberInnen)
- Garconnierenverbund Seestadt der Wiener Sozialdienste (Psychosoziale Beratung und Betreuung von Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen)

## Arbeit in freier Praxis von 2010 bis 2013 in Traismauer:

- Psychologische Therapie im Einzelsetting

## Im Gruppensetting zu den Themen:

- Entspannung
- Autogenes Training
- Muskelrelaxation nach Jacobson
- Achtsamkeit,
- Klopfakupressur
- Kursleitung für den Bereich „Mentale Gesundheit“ im Rahmen des Programmes „Vorsorge aktiv „der NÖ Landeskliniken Holding
- Vorträge und Kurse an verschiedenen Volkshochschulen und im Rahmen des Gesundheitsprojektes „Vorsorge aktiv“ der niederösterreichischen Landesregierung zu den Themen:
  - Stressmanagement und Burnout
  - Entspannungstechniken
  - Psychologische Unterstützung bei der Gewichtsreduktion
  - Energetische Psychologie