

*„Therapie ist eine gemeinsame  
Wanderung in der Gegenwart  
mit Blick in die Zukunft und  
gelegentlicher Rückschau in  
die Vergangenheit.“*



*Sylvia Sager*, MSc

Psychologin,  
Psychotherapeutin in  
Ausbildung unter Supervision

Bundesstraße 3  
6460 Imst

Termine nach Vereinbarung

0676 9727 875  
[kontakt@psychotherapie-sager.at](mailto:kontakt@psychotherapie-sager.at)  
[www.psychotherapie-sager.at](http://www.psychotherapie-sager.at)

*Wegbegleiterin*

Praxis für Integrative Therapie



*Sylvia Sager*, MSc

Einzeltherapie  
Gruppentherapie  
Paartherapie

Selbsterfahrung  
Achtsamkeit, Entspannung &  
Naturerleben

Coaching  
Supervision

Ich beschreibe Psychotherapie gerne als eine "**gemeinsame Wanderung**":

Es werden neue Pfade erkundet, zurückgeblickt und an bestimmten Orten wird verweilt...

Meine Aufgabe sehe ich als **Wegbegleiterin**: gemeinsam begeben wir uns auf die Suche, welche Wege Sie gehen möchten, um eine Verbesserung der Situation zu erzielen.

In der Fachrichtung **Integrative Therapie** stehen uns neben dem Gespräch ein breites Spektrum an **Möglichkeiten** zur Verfügung. So können wir umfangreiche **Erkenntnisprozesse** erleben und auch Momente der Sprachlosigkeit überwinden. Unserer **Kreativität** sind keine Grenzen gesetzt. Elemente wie Musik, malen, **Naturtherapie**, tiergestützte Therapie, schreiben u.v.m. können und dürfen mit einfließen.

Diese **Offenheit** spiegelt die Vielfalt der Welt und der Menschen in ihr wider.

**Naturerleben, Entspannung, Achtsamkeit & Kreativitätsförderung** können eingebettet in eine Psychotherapie, begleitend zu laufenden Behandlungen oder als Maßnahme zur **Prävention**, Förderung **mentaler Gesundheit & Stressabbau** in Anspruch genommen werden.



*In einem kostenlosen Erstgespräch können Sie hinspüren, ob Sie das Gefühl haben mit mir die richtige Wegbegleiterin gefunden zu haben. Ich freue mich auf ein Kennenlernen.*