

VON FRAU ZU FRAU

Psychotherapeutische Jahresgruppe & Selbsterfahrung von Frauen für Frauen

Wenn in herausfordernden Lebensphasen Gefühle und Themen belasten, eignet sich Gruppentherapie besonders, um persönliche Anliegen und Themen mit und durch die Kraft der Gruppe zu ergründen.

Der geschützte Rahmen unter Frauen bietet die Möglichkeit, Rollengestaltungen wahrzunehmen und zu erweitern, Perspektiven zu verändern und einen Ausdruck für inneres Erleben zu finden.

Die Gruppe ist als Ganzes ein Wirkfaktor und ermöglicht die Begegnung mit sich und anderen, die Reflexion eigener Beziehungs- und Handlungsmuster und ein besseres Bewusstsein für die eigenen Bedürfnisse und Gefühle.

Mögliche Themen:

- Psychische Belastung (z. B. Ängste, Überforderung, Erschöpfung)
- Liebe, Partnerschaft & Sexualität
- Familie & Freundschaften
- Studium, Arbeit & Beruf
- sich selbst besser kennenlernen

Leitung: Birgit Heindl-Goldmann, BEd & Judith Mach, BA

Termine: ab 12. Mai 2026, 14-tägig, Dienstag, Einstieg laufend möglich

Dauer: 17 – 20 Uhr

Ort: Salve! Zentrum für psychosoziale Gesundheit, Lehnnergasse 13, 1230 Wien, nur wenige Schritte vom Bahnhof Liesing (S-Bahn, div. Linien- und Regionalbusse) entfernt

Kosten: € 80,- pro Termin

Voraussetzung: Kostenfreies Erstgespräch zum persönlichen Kennenlernen. Keine psychotherapeutische Vorerfahrung erforderlich. Kontaktieren Sie uns gerne bei weiteren Fragen – wir freuen uns auf Sie!



Birgit Heindl-Goldmann, BEd
Psychotherapeutin (Psychodrama)
in Ausbildung unter Supervision

Anton-Baumgartner-Straße 125/2A
1230 Wien

☎ 0676/451 27 74
✉ praxis@heindl-goldmann.at
🌐 www.heindl-goldmann.at



Judith Mach, BA
Psychotherapeutin (Psychodrama)
in Ausbildung unter Supervision

Bennogasse 26/3
1080 Wien

☎ 0677/621 239 42
✉ judith@mach-psychotherapie.at
🌐 www.mach-psychotherapie.at