



Folge deinem Stern, sing dein Lied,  
leuchte in deinen Farben,  
und du wirst sein wie das blühende Leben.



# ÜBER MICH

---

## PRIVATES

- geboren 1977
- verheiratet und Mama von zwei Söhnen

## AUSBILDUNG

- Studium der Erziehungs- und Bildungswissenschaften
- Akademische Psychotherapeutin - Konzentrierte Bewegungstherapie

## WEITERBILDUNG

- Operationalisierte psychodynamische Diagnostik - OPD
- Konzentrierte Bewegungstherapie zur Traumabewältigung
- Brainspotting

# PSYCHOTHERAPIE

.....

Ich biete Unterstützung an, wenn Sie unter seelischen Belastungen oder persönlichen Problemen leiden, die Sie momentan alleine nicht mehr bewältigen können.

Psychotherapie kann sowohl hilfreich sein, wenn Sie sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden, aber auch für Menschen mit Interesse an Selbsterfahrung und persönlicher Entwicklung.

Der erste Schritt ist die Erkenntnis, etwas verändern zu wollen. Damit eröffnen Sie sich die Möglichkeit, einen neuen Weg einzuschlagen und diesen Schritt für Schritt, in ihrem persönlichen Tempo, zu erkunden und zu begehen.

Dabei unterstütze ich Sie gerne in einem geschützten und vertrauensvollen Rahmen. Ziel ist es, dass Sie neue Möglichkeiten in Ihrem Leben entwickeln können, um mit sich gut umzugehen.

Wenn Sie sich in sich selbst sicherer und mehr zu Hause fühlen, dann gelingt es Ihnen auch leichter, Ihr Leben mit seinen Anforderungen besser zu bewältigen. Auch Ihre Beziehungen zu anderen können dann freier und zufriedener gestaltet werden.

Wir brauchen nicht so fortzuleben  
wie wir gestern gelebt haben.  
Machen wir uns von dieser  
Anschauung los, und tausend  
Möglichkeiten laden zu neuem Leben ein.

Christian Morgenstern



# MEINE METHODE

---

## KONZENTRATIVE BEWEGUNGSTHERAPIE

Ich arbeite mit der Methode der Konzentrativen Bewegungstherapie (KBT). Das ist eine psychotherapeutische Methode, die wahrnehmungs- und bewegungsorientiert arbeitet und die den Körper als den Ort des psychischen Geschehens sieht. Durch Bewegung, Sinnes- und Körperwahrnehmung, Berührung und Arbeit mit Gegenständen werden aktuelle Lebens- und Beziehungsmuster für Sie deutlich erlebbar.

Ihre Fragestellungen werden innerhalb der Therapie nicht nur besprochen, sondern auch leiblich mit allen Sinnen wahrgenommen, gespürt und dargestellt.

Weiters wird es für Sie möglich, im geschützten Rahmen der Therapie Neues auszuprobieren und ins Handeln zu kommen. Damit kann es Ihnen dann auch in Ihrem Alltag leichter gelingen, achtsamer und besser mit sich, Ihrem Körper und Ihrer Umwelt umzugehen.

Da neben der Sprache auch weitere Zugänge und Ausdrucksmöglichkeiten geboten werden, ist die KBT sehr gut für alle Menschen geeignet, die keine reine Gesprächspsychotherapie erwarten.

Der Körper ist der Übersetzer  
der Seele ins Sichtbare.

Christian Morgenstern



# WAS ICH BIETE



Ich biete Einzel- und Gruppenpsychotherapie,  
Beratung, Selbsterfahrung und  
Coaching für Erwachsene an.



# SCHWERPUNKTE

.....

## ARBEIT

- Beruf & Berufung
- Burnout & Burnout-Vorbeugung

## BEZIEHUNGEN

- Partnerschaftskrisen
- Trennung/Scheidung
- Verlust/Trauer

## FAMILIE

- Eltern-Kind Interaktion
- Erziehungs- & Elternberatung
- Bindung
- Kinderwunsch
- Pubertätsthemen
- Schwangerschaft
- Wendepunkt Mutter-Elternschaft

## FRAUENTHEMEN

- Finden eines positiven Körperbildes
- Frauenrolle

- Gewalterfahrungen
- Mehrfachbelastungen
- Mutterschaft
- Beziehung zur eigenen Mutter
- Unerfüllter Kinderwunsch

## KÖRPER

- Körperwahrnehmung
- Psychosomatik
- Unzufriedenheit mit dem Körper

## LEBENSFRAGEN

- Identität & Selbstwert
- Lebenskrisen
- Sinn & Sinnfindung
- Spiritualität

## WEITERE BEREICHE

- Ängste/Panik
- Depression
- Trauma
- Hochsensibilität
- Hochsensitivität

# ANFAHRT



## KONTAKT

Praxis am Augarten  
Pestalozzistraße 63/4  
8010 Graz

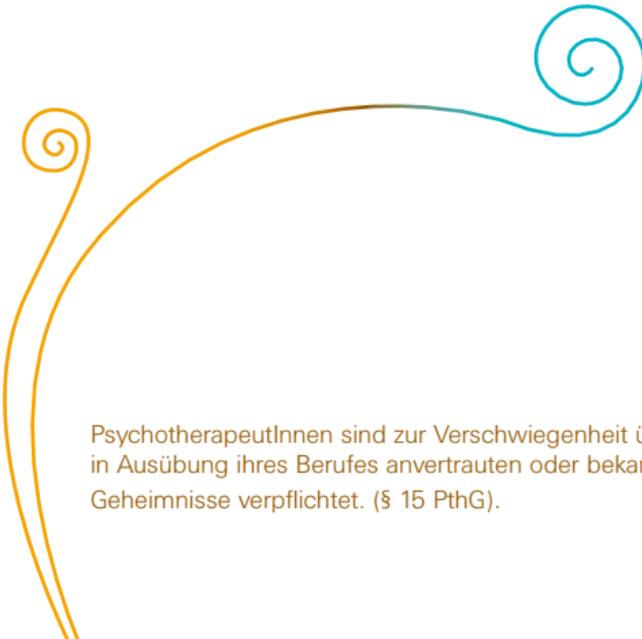
## INFOS

0676/7275361  
praxis@ulrikeleeb.at  
www.ulrikeleeb.at

## ANFAHRT

Bus: Linie 34/34E  
Richtung Thondorf/  
Theyergasse  
Haltestelle Augarten

Bim: Linie 5  
Richtung Puntigam  
Haltestelle Josefikirche



PsychotherapeutInnen sind zur Verschwiegenheit über alle ihnen in Ausübung ihres Berufes anvertrauten oder bekannt gewordenen Geheimnisse verpflichtet. (§ 15 PthG).

