

## Willkommen in meiner Praxis



In meiner Praxis in [Nöchling](#) oder in einem alternativen Setting – sei es bei einem Spaziergang durch die nahegelegenen Wälder, in Ihrem Zuhause oder online – begleite ich Sie achtsam und einfühlsam. Gemeinsam nehmen wir uns die Zeit, zu verstehen, was Sie bewegt, erkunden Möglichkeiten für wohltuende Veränderungen und gestalten einen Raum für persönliches Wachstum.

## Über mich

Mein Weg führte mich vom Handwerk als Bäcker über die Arbeit in der Psychiatrie bis hin zum Studium der Psychotherapiewissenschaften. Heute bin ich als Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision tätig und begleite Menschen mit der Methode der Verhaltenstherapie, die auf fundierten wissenschaftlichen Prinzipien beruht.

## Mein Therapieangebot

- **Verhaltenstherapie hilft bei:**
  - Schlafstörungen
  - Angststörungen, Phobien, Panikattacken
  - Depressionen
  - Trauer und Verlust
  - Lebenskrisen
  - Beziehungsproblemen
  - Burnout/Stressbewältigung
  - Suchterkrankungen
  - Psychosomatik & Stressfolgen
  - Posttraumatische Belastungsstörung
  - Persönlichkeitsstörungen
  - Zwangsgedanken und Zwangshandlungen
  - Persönlichkeitsentwicklung und Selbsterfahrung
  - Mental Health

## Ihre Möglichkeiten bei mir

- **Setting:**  
Online, Praxis, Spaziergänge oder Hausbesuche.
- **Frequenz:**  
Individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.
- **Kosten:**  
Einzeltherapie (50 Minuten): 80€  
Paartherapie (75 Minuten): 115€  
Familientherapie (100 Minuten): 160€

(Stand: 2025. Bitte beachten Sie, dass die Preise auf meiner Website regelmäßig aktualisiert werden. Aktuelle Informationen finden Sie unter: <https://www.alois-gschossmann.at/>)

- **Erstgespräch:**  
Das Erstgespräch bietet Ihnen die Gelegenheit, meine Arbeitsweise kennenzulernen und erste Eindrücke zu gewinnen.

## Kontakt

Meine Praxis befindet sich in [Nöchling](#), einem idyllischen Ort in der Natur. Sie können mich per E-Mail oder Telefon kontaktieren, um einen Termin zu vereinbaren.

- **E-Mail:** [praxis@alois-gschossmann.at](mailto:praxis@alois-gschossmann.at)
- **Telefon:** 0670 203 63 72
- **Webseite:** <https://www.alois-gschossmann.at/>