

# Psychotherapeutisches und Psychologisches Zentrum Baden



**Mag. Dr. Eva Schrank  
Dr. Mathias Lehner**

## **Methoden:**

Vertrauensübungen,  
Feedback-Techniken,  
Kooperative Kletterübungen,  
Achtsamkeitsübungen, Hypnotherapeutische  
Trancereisen,  
Einsatz intermediärer Objekte



Psychotherapeutisches und  
Psychologisches Zentrum Baden

**Mag. Dr. Eva Schrank  
Dr. Mathias Lehner**

**Vitalität und  
Lebensfreude**

**durch**

**Hypnotherapeutisches  
Klettern  
für Erwachsene**

**A-2500 Baden  
Kaiser Franz Josef Ring 21  
Tel.: 02252 / 84 897  
Fax.: 02252 / 84 897-40**

**infa.schrank@aon.at  
www.psychologie-schrank.at**

## Hypnotherapeutisches Klettern

### Ziele:

- Eigene Stärken erkennen
- Selbstwahrnehmung und eigene Grenzen erspüren
- Abgrenzung erlernen und Erkennen von eigenen Bedürfnissen
- Adäquates Formulieren eigener Bedürfnisse erlernen
- Glücksmomente erschaffen



### Kletterwand/Fels:

Die Kletterwand/ der Fels ist eine Projektfläche, die Ihnen hilft eigene Stärken, Selbstverantwortung sowie Verantwortung für andere zu übernehmen, Grenzen zu erkennen, wahrzunehmen und zu nutzen.

### Termine:

**30.05.2026 10:00 – 13:00 Uhr**  
**06.06.2026 10:00 – 13:00 Uhr**  
**13.06.2026 10:00 – 13:00 Uhr**  
**20.06.2026 10:00 – 13:00 Uhr**  
**24.06.2026 10:00 – 13:00 Uhr**

### Anmeldung und Treffpunkt

Psychologische Praxis  
Kaiser Franz Josef Ring 21  
2500 Baden  
Tel.: 02252 / 84 897

**Mag. Dr. Eva Schrank**

**Klinische Psychologin  
Gesundheitspsychologin  
Neurobiofeedbacktherapeutin  
Psychotherapeutin (PD, HY)**

Arbeitsschwerpunkte:

Diagnostik und Therapie von Angst und Panikstörungen, Depressionen, Traumatisierungen, Essstörungen und andere Suchterkrankungen

**Dr. med. univ. Mathias Lehner**

Studium der Humanmedizin (Abschluss 2017)  
Sportkletterinstruktor Breitensport seit 2009  
Kletterinstruktor für den ÖAV  
seit 2018

Kursleiter (Kinder, Jugendliche und Erwachsene), Mitarbeiter im Klettercenter  
Rotpunkt