

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:
05.09.2026
12.09.2026
19.09.2026
26.09.2026

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)
Sportkletterinstructor Breitensport seit 2009
Kletterinstructor für den ÖAV
seit 2018

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