



## Gruppe „Psychologische Schmerzbewältigung“

**Inhalt:** Informationen rundum chronische und akute Schmerzstörungen, Übungen zur Schmerzbewältigung und aktiven Aufmerksamkeitslenkung, Kennenlernen und Anwenden verschiedener Entspannungsverfahren, Hypnose zur Schmerzbewältigung und Ressourcenaktivierung, Erarbeiten eines individuellen Notfallkoffers unter Berücksichtigung des Biopsychosozialen Schmerzmodells

**Zielgruppe:** Personen mit chronischen Schmerzen

**Wann:** dienstags um 11:00 Uhr (50 min)

**Wo:** Praxis für Psychologie und Psychotherapie  
Wagnerstraße 2  
4672 Bachmanning

**Preis:** € 35 pro Einheit (50 Minuten)  
10 Einheiten

(da es sich um aufbauende Inhalte handelt, sind Buchungen nur als Gesamtpaket für 10 Einheiten möglich)  
bei entsprechender Diagnose ist eine Teilrefundierung über die Gesundheitskasse möglich

**Anmeldung:** Kathrin-Sophie Mayr, BA BSc MSc  
Tel.: +43 681/10 77 89 69  
Wagnerstraße 2 |  
4672 Bachmanning  
[office@praxis-mayr.at](mailto:office@praxis-mayr.at)  
[www.praxis-mayr.at](http://www.praxis-mayr.at)

