Irmgard Breindl

Bio.Psycho.Sozial.

Praxis für

- **Biofeedback**
- **Klinische Psychologie & Psychotherapie**
- **Mediation**

Information und Terminvereinbarung

Mag. Irmgard Breindl
Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin
Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision
(Verhaltenstherapie)
Eingetragene Mediatorin

Nordbahnanlage 4/Top 49 (1. DG)
1210 Wien
+43 677 61793395
praxis@breindl.wien
www.praxis.breindl.wien

Als Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin und Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision (Verhaltenstherapie) möchte ich Menschen zu positiven Veränderungen motivieren.

Ich unterstütze Sie bei der Bewältigung von psychischen Problemen und herausfordernden Lebenssituationen.

Biofeedback

Bio.Psycho.Sozial.

Biofeedback ist eine international anerkannte Therapiemethode, deren Effektivität bei vielen Beschwerden und Erkrankungen wissenschaftlich nachgewiesen ist.

Mittels der Messung und Darstellung verschiedener Körperfunktionen wird der Zusammenhang zwischen Gedanken, Gefühlen und Körperreaktionen sichtbar gemacht. Ein spielerischer Lernprozess ermöglicht die Beeinflussung ansonsten unbewusst ablaufender körperlicher Prozesse. Diese erlernte Fähigkeit verringert Beschwerden und verbessert langfristig Gesundheit und Wohlbefinden.

Schmerzbehandlung
(z. B. Kopfschmerz, Verspannungen, Kieferschmerzen)
Psychische Störungen
(begleitend im Rahmen einer Psychotherapie)
Psychosomatische / Psychophysiologische Störungen
(z. B. Bluthochdruck, Herzrasen, Tinnitus)

Klinisch-psychologische Behandlung und Psychotherapie

Bio.Psycho.Sozial.

Grundlage meiner therapeutischen Arbeit ist die Verhaltenstherapie – eine wissenschaftlich anerkannte Form der Psychotherapie, die aus Forschungserkenntnissen der empirischen Psychologie entstanden ist.

Unter Einbezug Ihrer individuellen Lebensgeschichte arbeite ich mit Ihnen gemeinsam wiederkehrende Verhaltens-, Denk- und Gefühlsmuster heraus, um daraus Veränderungsmöglichkeiten abzuleiten.

Psychosomatische Beschwerden und chronische Schmerzen - Chronischer Stress und Burnout - Belastungen im Rahmen schwieriger Lebensereignisse - Depression und depressive Verstimmungen - Ängste - Zwangsstörungen - Persönlichkeitsstörungen - Selbstwertprobleme - Schlafstörungen - ADHS