

Kletterwand

Die Kletterwand ist eine Projektionsfläche, die Ihnen hilft eigene Stärken wahrzunehmen und zu nutzen



Dr. Mag. **Eva Schrank**
Klinische und
Gesundheitspsychologin
Psychotherapeutin (PD, HY)

Johannes Gebauer

Dipl. Lebens- und
Sozialberater
Dipl. Erlebnispädagoge



Mag. **Anja Fredriksson**, MSc.
Praktikantin Propädeutikum



Vitalität und Lebensfreude

durch

Hypno- therapeutisches Klettern

**Psychotherapeutisches und
Psychologisches Zentrum Baden**

Kaiser-Franz-Josef-Ring 21
2500 Baden

infar.schrank@aon.at
www.psychologie-schrank.at

Tel: +43 2252 84897



Termine 2022

Wann?

- 26.02., 7:30 - 15:00 Uhr
- 05.03., 9:00 - 14:00 Uhr
- 12.03., 9:00 - 14:00 Uhr
- 26.03., 9:00 - 14:00 Uhr
- 02.04., 9:00 - 14:00 Uhr
- 09.04., 7:30 - 15:00 Uhr

Wo?

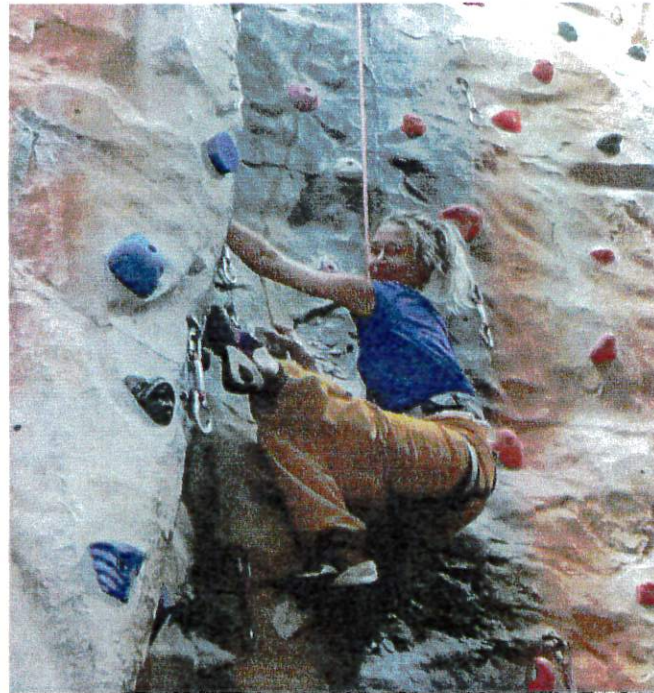
ÖAV-Kletterzentrum Südwand
Plättenstraße 2
2380 Perchtoldsdorf

Anmeldung

telefonisch oder per E-mail

Zusatz

- individuelle Rückmeldung der psychologischen und psychophysiologischen Diagnostik



Hypnotherapeutisches Klettern

Ziele

- Eigene Stärken erkennen
- Selbstwahrnehmung und eigene Grenzen erspüren
- Abgrenzung erkennen und erlernen
- Eigene Bedürfnisse erkennen und adäquat formulieren
- Glücksmomente erschaffen

Methoden

- Vertrauensübungen
- Feedback-Techniken
- Kooperative Kletterübungen
- Achtsamkeitsübungen
- Hypnotherapeutische Trancereisen
- Intermediäre Objekte und deren Einsätze

