



Psychotherapeutisches und  
Psychologisches Zentrum  
Baden

**Mag. Dr. Eva Schrank  
Johannes Gebauer**

## **Therapeutisches Klettern**

### **Methoden:**

Selbstpräsentation,  
Vertrauensübungen,  
Feedback-Techniken,  
Kooperative Kletter- und  
Rollenspiele,  
Achtsamkeitsübungen und  
Hypnotherapeutische Trancereisen



Psychotherapeutisches und  
Psychologisches Zentrum Baden

**Mag. Dr. Eva Schrank  
Johannes Gebauer**

## **Therapeutisches Klettern**

zur

### **Stärkung des Selbstwertes**

**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**

## Therapeutisches Klettern

### Zielgruppen:

Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren

### Ziele:

- Verbesserte Selbstwahrnehmung und Wahrnehmung eigener Bedürfnisse
- Gefühle, Wünsche und Bedürfnisse ausdrücken
- Unberechtigte Forderungen anderer ablehnen können
- Umgang mit persönlichem Feedback
- Verantwortung übernehmen
- Sicherheit geben



### Termine

**08.02. und 09.02.2023**  
**09.00 Uhr bis 15.00 Uhr**

### Anmeldung

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

### Treffpunkt:

Foyer  
Kletterhalle Perchtoldsdorf  
Plättenstraße 2

**Mag. Dr. Eva Schrank**  
**Klinische Psychologin**  
**Gesundheitspsychologin**  
**Allgemein gerichtlich zertifizierte**  
**Sachverständige für Psychologie**  
**Neurobiofeedbacktherapeutin**  
**Psychotherapeutin (PD, HY)**

### Arbeitsschwerpunkte:

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

**Johannes Gebauer**

**Dipl. Lebens- und Sozialberater**  
**LOB und SDI-Coach**  
**NLP Lehrtrainer**  
**Dipl. Erlebnispädagoge**

### Arbeitsschwerpunkte:

Kinder- und Jugendcoaching bei Verhaltensoriginalität, Interventionen bei Gewalt, Sucht, Burn Out & Überlastung aber auch Krisenintervention