



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

31.03. 09.00 bis 15.00 Uhr

01.04. 09.00 bis 15.00 Uhr

Anmeldung sowie Treffpunkt:

Psychotherapeutisches und
Psychologisches Zentrum Baden
Kaiser Franz Josef Ring 21
2500 Baden

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