

„Du kannst dir nicht immer aussuchen,
was in deinem Leben passiert.
Aber du kannst immer entscheiden,
wie du damit umgehst.“

„...denn täglich sollten wir versuchen,
unser Bestes zu geben. Aber wir müssen
es nicht alleine tun.“

ZIELE SETZEN
STÄRKEN ENTWICKELN
ERFOLGREICH SEIN

Buchen Sie Ihren Wunschtermin:
www.terminland.de/aufwaerts



Fotos: Privat, Thinkstock/Getty Images
Druck: Konzept Druck & Design René Leitner

aufwärts
IM LEBEN
SPORT
BETRIEB

IRIS SCHULER-LAMPARTER MSc.
Psychologische Beratungspraxis

Klinische Psychologin
Arbeits-, Organisations- und Wirtschaftspsychologin
Sportpsychologin
Allg. und Psych. Diplomkrankenpflegeperson

Archenweg 7, Kolsass
Mobil: 0650/200 87 45 • E-Mail: iris@aufwaerts.tirol



www.aufwaerts.tirol

IRIS SCHULER-LAMPARTER MSc.

KLINISCHE PSYCHOLOGIE
ARBEITS-, ORGANISATIONS- & WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGIE
SPORTPSYCHOLOGIE



www.aufwaerts.tirol

ARBEITS-, ORGANISATIONS- UND WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGIE

Sie führen ein Unternehmen und möchten das Beste aus Ihren MitarbeiterInnen und aus Ihnen selbst herausholen? Ich unterstütze Sie gerne!

MEIN ANGEBOT

- Arbeitnehmerschutzgesetz – Evaluierung (AschG)
- Betriebliche Gesundheitsförderung (Work-Life-Balance, Stressmanagement)
- Coaching für Führungskräfte und MitarbeiterInnen
- Workshops zu relevanten Themen (z.B. Kommunikation, Resilienz, altersgerechtes Arbeiten)
- Analyse, Bewertung und Gestaltung von Arbeitsbedingungen
- Nützen des Arbeitsmittels „Psyche“
- Konfliktmanagement
- Mitarbeiterentwicklung
- Teamentwicklung
- Professionelle Unterstützung bei Reintegration von Mitarbeitern

Ziele setzen...



KLINISCHE PSYCHOLOGIE

Ein Großteil der Menschen erlebt im Laufe des Lebens Situationen, welche nicht alleine zu bewältigen sind. Situationen, in welchen Familie und Freunde nicht helfen können, man selbst überfordert, die Ratlosigkeit groß ist. Mit Hilfe der klinisch-psychologischen Beratung und Behandlung kann dieser Umstand gelindert, beseitigt oder besser bewältigt werden

MÖGLICHE ZIELE DER PSYCHOSOZIALEN BERATUNG

- Gemeinsames Besprechen von Handlungsmöglichkeiten
- Erlernen von angemessenen Problemlösungsstrategien
- Verstehen lernen der eigenen Diagnose und der entsprechenden Symptome
- Bewältigung von schwierigen Lebensaufgaben
- Psychosoziale Unterstützung bei der Pflege von Ihren Angehörigen
- Förderung und Verbesserung der Kommunikation im Familienverband
- Hilfe nach Trennungen und Todesfällen
- Klinisch-psychologische Beratung und Behandlung
- Erstellen von psychologischen Gutachten

...Stärken entwickeln



SPORTPSYCHOLOGIE

Als Sportpsychologin unterstütze ich Sportlerinnen und Sportler beim Definieren und Erreichen der ganz persönlichen Ziele. Egal ob Spitzen- oder Hobbysportler - im Mittelpunkt steht eine ganzheitliche, aber vor allem individuelle Betreuung, welche dich langfristig weiterbringt.

MEIN ANGEBOT

- Einzelbetreuung von Sportlerinnen und Sportlern
- Betreuung und Coaching von Teams
- Coach the Coach
- Unterstützung der Eltern
- Workshops

ICH UNTERSTÜTZE DICH BEI...

- deinen Zielsetzungen und deiner Motivationsarbeit
- dem Erarbeiten von Routinen
- deinem mentalen Vorstellungstraining
- der Bewältigung von Ängsten
- Verletzungspausen
- Vorbereitungen von Wettkämpfen
- der Kommunikation mit Eltern und Trainern
- dem Erarbeiten des angemessenen Erregungsniveaus
- dem Pushen deines Selbstwertgefühls
- der Weiterentwicklung deiner Persönlichkeit

...erfolgreich sein

