

Coaching

Coaching ist eine individuelle Möglichkeit, den heutigen Anforderungen im Arbeitsleben zu begegnen: Durch externes, unabhängiges Feedback in einem diskreten Rahmen sind persönliche Reflexion und Ausbalancierung möglich, die individuelle Effizienz wird gestärkt.

Coaching als ganzheitliches Konzept fördert die persönliche Integrität und ermöglicht so einen positiven Zugang zur Arbeit und mehr persönliche Zufriedenheit. Coaching ist als Fortbildungsmaßnahme steuerlich absetzbar.

Coachinganlässe:

- Persönliche Erfolgsstrategien erarbeiten
- Vorbereitung auf neue Aufgaben
- Verbesserung der Führungssituation
- Karrierecoaching
- Abbau von Motivations- und Leistungsblockaden
- Konflikte und Veränderungsprozesse bewältigen
- Verbesserung der Kommunikation
- Balance zwischen Beruf und Privatleben
- Verbesserung des Umgangs mit Druck und Stress

Beratung

Ich berate Unternehmen bei Fragen der **Personalentwicklung**, der Verbesserung des **Betriebsklimas** sowie bei Fragen der **seelischen Gesundheit** von MitarbeiterInnen (Belastungen, Mobbing/Bossing, Sucht, Stress, Burnout, Work-Life-Balance, Krisen- und Konfliktbewältigung,...).

Individuelle Möglichkeiten:

Analyse und Konzept, Implementieren von Maßnahmen, Training, Workshop, Teamentwicklung, Moderation, Supervision, Coaching, Therapie.

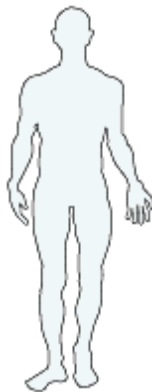
Informationen und Terminvereinbarungen:

Telefon: 0699-105 12 116

E-mail: office@susannekloser.at

Homepage: www.susannekloser.at

Der Körper als Ort des seelischen Geschehens:



Kopf und Kragen riskieren
Halt die Ohren steif
Jemanden nicht riechen können
Die Zähne zusammenbeißen
Sich etwas aufhalsen
Mir geht das Herz auf
Einen breiten Rücken haben
Eine Laus läuft über die Leber
Etwas in die Hand nehmen
Begreifen
Das geht mir unter die Haut
In die Knie gehen
Etwas angehen
Im Stande sein
Sich gehen lassen
Mit beiden Beinen im Leben stehen

Jeder Weg beginnt mit dem ersten Schritt...

Psychotherapie

Wenn wir aus dem seelischen Gleichgewicht sind, kommt es zu einem persönlichen Leidensdruck und einer Beeinträchtigung unserer Lebensqualität. Oft zeigt sich das in Symptomatiken wie

- Depressionen,
- Burnout,
- Ängsten und Panikattacken,
- zwanghaftem Verhalten,
- Sinn- und Identitätskrisen,
- Suchtverhalten,
- Schuldgefühlen/ Selbstwertbeeinträchtigung,
- Beziehungsproblemen, sozialem Rückzug,
- (psycho)somatischen Beschwerden,
- funktionellen Störungen.

Psychotherapie hilft durch bewusst machen, aussprechen, erkennen, verarbeiten; es werden gesunde Alternativstrategien entwickelt und erprobt, die innere Balance wieder hergestellt. Ich arbeite mit jungen Erwachsenen, Erwachsenen, Paaren und Gruppen. Die Dauer und die Frequenz der Therapie werden individuell vereinbart. Eine therapeutische Einheit dauert 50 Minuten. Bei Vorliegen der Kriterien des ICD-10 können Sie einen Kostenzuschuss von Ihrer Krankenkasse erhalten.



Susanne Kloser - Portrait

Consulting

Nach mehrjähriger Tätigkeit im Personalmanagement seit 1999 selbständig tätig. Neben einer wirtschaftlichen Ausbildung Fortbildungen in Personalwesen, Training, Projektmanagement, Konfliktmanagement, Führung und Management, Beratung und Teamentwicklung sowie Weiterbildungen: dipl. Coach, Master of NLP, Master of Advanced Hypnosis Applications, Lösungsorientierte Kurzzeitberatung, u.a. Branchenbezeichnung: Unternehmensberatung Mitglied der Wirtschaftskammer, Fachgruppe Unternehmensberatung und IT, Mitgliedsnummer 327515. UID: ATU 56905335.

Psychotherapie

Seit Mai 2006 in eigener Praxis tätig. Praktika an der Uniklinik Wien/allg. Psychiatrie und im Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern/Psychosomatik. Therapeutische Ausbildung: Konzentrierte Bewegungstherapie.
Mitglied des österreichischen Arbeitskreises für KBT (www.kbt.at)



Coaching

Beratung

Psychotherapie

Büro+Praxis 1: Granichstädtengasse 24, A-1130 Wien
Praxis 2: Barnabitengasse 9A-15, A-1060 Wien

Tel. 0043 (0) 699 105 12 116
E-mail: office@susannekloser.at
Homepage: www.susannekloser.at

SUSANNE KLOSER
Personal Counseling & Consulting