



Helga Blöchl, Bakk.

*1964 in Linz, OÖ

ich lebe und arbeite
seit 1987 in Wien

Diplome und Qualifikationen:

- Akademie für Soziale Arbeit, Lebens- und Sozialberatung
- Trainerin für Wirtschafts- und Sozialkompetenz
- Systemisch orientiertes Coaching und Lerncoach
- Mediation und Konfliktmanagement
- Personal- und Organisationsentwicklung
- Projekt- und Personalmanagement
- Akademische CSR-Managerin

Berufliche Erfahrungen:

- Coaching, Mediation, Supervision und Training – für Privatkunden/-innen, Firmen, Organisationen
- Leiterin einer Servicestelle im sozialen Bereich
- Projekte an der Schnittstelle Wirtschaft/Soziales

Mein Motto:

„Unser Kopf ist rund, damit die Gedanken
die Richtung ändern können.“ FRANCIS PICABIA (1879 – 1953)

Information und Terminvereinbarung:

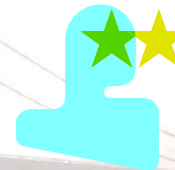
Helga Blöchl • Selbst-Stärkung
Praxis für Coaching, Mediation, Training,
Lebens- und Sozialberatung,
Supervision und CSR-Management
Penzinger Straße 125/5, 1140 Wien
☎ +43 699/ 171 23 403
e-mail: office@selbst-staerkung.at
www.selbst-staerkung.at



Selbstwert Training • Coaching



Selbstsicherheit



Selbstvertrauen



Selbstwertgefühl

**Ihr "Erfolgstrio" für Soziale Kompetenz,
Selbstverantwortung und Lebensfreude**

Zeit: 2 bis 4 Einheiten (E) pro Termin, je nach Bedarf

Kosten*: für Privatpersonen €190,- (2E) / €380,- (4E)
für Unternehmen ab €250,- (2E) / ab €500,- (4E)

* € 95,- für Privatpersonen / ab € 125,- für Unternehmen

Preis je Einheit = 50 Min., umsatzsteuerfrei - Regelung für Kleinunternehmen

Praxis & Skype: Penzinger Straße 125/5, 1140 Wien

Info & Termine: ☎ +43 699/ 171 23 403

Selbstwert

Training • Coaching

"Sobald du dir vertraust, sobald weißt du zu leben." J. W. V. GOETHE (1749-1832)

Leitbild: Für das Durchsetzungsvermögen, die Konfliktfähigkeit und die zunehmende Verantwortung in beruflichen und persönlichen Entscheidungen braucht es ein gutes Selbstbewusstsein. Das "Erfolgstrio" Selbstsicherheit, Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl unterstützt bei den Herausforderungen im Alltag. Eigene Interessen und Bedürfnisse angemessen zu vertreten ist hilfreich, um heikle Themen anzusprechen. Für das eigene Handeln Selbstverantwortung zu übernehmen wirkt sich auch positiv auf das Selbstbewusstsein aus. Das Training • Coaching unterstützt Sie beim Verbessern Ihres Selbstwerts und der Weiterentwicklung Ihrer selbstsicheren Persönlichkeit.



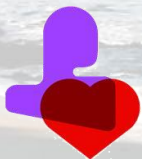
Selbstsicherheit - Fähigkeiten erkennen und einsetzen

Die eigenen Fähigkeiten zu erkennen und im Beruf und Privatleben auch anzuwenden bewirkt Selbstsicherheit. Wir wenden uns deshalb Ihren Stärken zu: Was zeichnet Sie aus, was tun Sie gerne, was fällt Ihnen leicht, was macht Sie besonders? Praxisorientierte Übungen bieten Impulse für Ihre "Entdeckungsreise" und richten Ihr Selbstbild auf.



Selbstvertrauen - Das starke Ich

Unser Motto: Selbstlob! Schenken Sie sich einen wohlwollenden Blick auf Ihre „Lieblingsseiten“. Im Zentrum steht das Fördern Ihres Ich-Bewusstseins. Eine bejahende Einstellung zu sich selbst wirkt sich auf die Gefühle positiv aus. Daraus entsteht Zuversicht, die das Selbstvertrauen vertieft und unser selbstsicheres Verhalten verstärkt.



Selbstwertgefühl - Erfolg durch Mut zum Selbst

Vertrauen Sie Ihrer Wahrnehmung, stehen Sie zu Ihren Gefühlen, gestatten Sie sich auch Fehler - was zählt, ist dem Neuen eine Chance zu geben. Übungen von VIRGINIA SATIR unterstützen beim Ausprobieren und Integrieren in den Alltag. Dem Selbst mit Achtung zu begegnen und Selbstverantwortung zu übernehmen bewirken Zufriedenheit, unterstützen Ihren Erfolg im Job und tragen zum Gelingen sozialer Kontakte bei.

Arbeitsweise: individuell gestaltetes Training • Lerntransfer für den Alltag • Coaching-Methoden

Selbstwert | Training • Coaching

Kosten*: € 95,- Privatpersonen / ab € 125,- Organisationen

Helga Blöchl, Bakk. | www.selbst-stärkung.at

*Preise je Einheit = 50 Minuten, umsatzsteuerfrei – Regelung für Kleinunternehmen

Ich freue mich auf Sie!

☎ +43 699/ 171 23 403