

Leben bedeutet Veränderung. Zur Sicherung und Verbesserung der beruflichen oder privaten Situation ist der professionelle Blick von außen ein wichtiger Lösungsansatz und eine wertvolle Ergänzung am Weg zum Ziel.

support

Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung.
(A. de Saint-Exupéry)

▪ ▪ ▪ +43 699 1134 1186 ▪

Beratung & Consulting

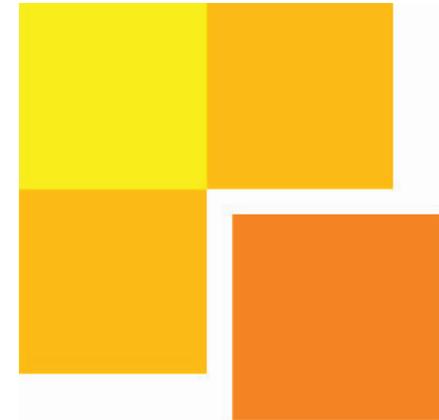
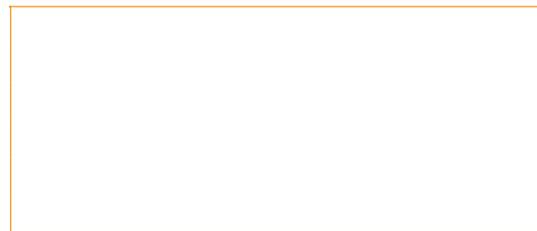
Organisations- und Personalentwicklung, Change-Prozesse, Konfliktlösung, Anti-Mobbing, (betriebliche) Gesundheit.

Einzel- & Team-Coaching, Supervision

Vorhandene Stärken, Kompetenzen und Ressourcen stehen im Vordergrund. Systemisch lösungsorientierter Ansatz.

Trainings & Workshops

- Selbstmanagement und Prävention
- Sozialkompetenz, Sozial-Skills
- Visionen und Ziele-Arbeit
- ...



Mag. Karin Schmidsberger

Klinische & Gesundheitspsychologin
Arbeitspsychologin & Coach
A. Stifter Str. 1a, 4840 Vöcklabruck
Telefon: +43 699 1134 1186
E-Mail: office@1a-psychologie.com
Homepage: <http://1a-psychologie.com>

Psychologische Praxis

▪ ▪ ▪ Mag. Karin Schmidsberger ▪

▪ ▪ ▪ +43 699 1134 1186 ▪

▪ ▪ ▪ office@1a-psychologie.com ▪

▪ ▪ ▪ <http://1a-psychologie.com> ▪

KINDER-, JUGEND- & FAMILIENPSYCHOLOGIE

Erziehung wirft Fragen auf, fordert uns heraus. Anforderungen steigen, belasten und können zu Krisen führen. Auffälliges Verhalten oder (schulischer) Leistungseinbruch ist ein Hilferuf, der ernst genommen werden sollte.

family

Wenn Kinder klein sind, gib ihnen Wurzeln.
Wenn Kinder groß sind, gib ihnen Flügel.
(nach J.W. von Goethe)

Mögliche Praxisangebote

Erziehungsberatung, Elterncoaching
Beratung bei schulischen Schwierigkeiten (Lernen, Verhalten, Mobbing, Schulwahl, ...)
Diagnostik, Behandlung und Begleitung bei Problemen im Kindes- und Jugendalter
Begleitung sowie Unterstützung von Eltern und Alleinerziehenden in schwierigen Lebensphasen
Elternberatung nach § 95 Abs. 1a AußStrG

▪ ▪ ▪ Mag. Karin Schmitsberger ▪

GESUNDHEITSPSYCHOLOGIE

Gesundheit ist ein wichtiges Gut. Sie zu erhalten oder wiederzuerlangen bedeutet auch Krisen zu bewältigen. Das psychologische Gespräch dient als Werkzeugkoffer mit einer Auswahl an individuellen Lösungsansätzen.

health

Egal, wie weit der Weg ist,
er beginnt mit dem ersten Schritt.
(Mao Tse Tung)

Mögliche Praxisangebote

Konflikte lösen, loslassen
Gesund werden und gesund bleiben
Stressbewältigung, Burnout-Profilaxe
Ressourcen-Arbeit und Resilienz
Work-Life-Balance
Führungskräfte-Coaching als begleitende Ressource im beruflichen Alltag
Einzel-, Team- oder Gruppensupervision

▪ ▪ ▪ office@1a-psychologie.com ▪

ARBEITSPSYCHOLOGIE

Psychische Belastung am Arbeitsplatz nimmt zu, das Burnout-Syndrom entwickelt sich zum Massenphänomen. Betriebliche Gesundheitsförderung und Investition in soziale Gesundheit bieten Lösungen und zahlen sich aus.

work

WUSSTEN SIE, DASS ...

... die Stunden einer Arbeitspsychologin als **PRÄVENTIONSZEITEN** (§82a ASchG) angerechnet werden?

Mögliche Praxisangebote

Wissens- und Transfermanagement
Innerbetriebliche Kommunikation
Moderation von Konfliktgesprächen
Evaluation psychischer Belastungen
Individuelle Konzepte zur betrieblichen Gesundheitsförderung und Prozessbegleitung
Coaching vor wichtigen Entscheidungen, im Entwicklungs- sowie im Change-Prozess

▪ ▪ ▪ +43 699 1134 1186 ▪