

ARK COACHING digital Coaching und Supervision 2.0

Coaching und Supervision sind professionelle Beratungsmethoden für alle beruflichen Herausforderungen. Ziel von Supervision ist es, im Einzelgespräch, im Team oder in der Gruppe berufliche Situationen zu reflektieren und die Teilnehmer*innen zu befähigen, eigenständig zu reflektieren, Herausforderungen konstruktiv zu bewältigen, Konflikte zu lösen und Veränderungsprozesse aktiv zu steuern. Supervision hilft, neue Dimensionen und Möglichkeiten zu entdecken. Durch gezieltes Querdenken und oft überraschendes Fragen initiieren Supervisor*innen neue Antworten und Lösungen.

Diese Beratungsleistung wurde aus Anlass der Covid-19-Pandemie auch in ein digitales Format transformiert. Ab sofort (und auch nach der „Corona-Krise“) bieten wir Coaching/Supervision ebenso per Skype, Zoom und FaceTime an. Das erspart Ihnen Zeit und Anreisewege, erlaubt spontane Lösungen und ist weitgehend CO2-neutral. Das passt gut in unsere Zeit und in unsere Zukunft.

Zeit und Termin Nach Terminvereinbarung

Zielgruppe Einzelpersonen, Teams und Gruppen, die ihr berufliches Handeln reflektieren wollen, um berufliche Prozesse zielgerichtet, effizient und erfolgreich gestalten zu können.

- Ziele**
- Reflexions- und Entscheidungshilfe bei aktuellen Anlässen
 - Unterstützung in herausfordernden oder belastenden Arbeitssituationen und Konflikten
 - Klärung und Gestaltung von Aufgaben, Aufträgen, Funktionen und Rollen
 - Begleitung bei Veränderungsprozessen und deren Bewältigung
 - Innovative Lösungen bei neuen Herausforderungen
 - Mobbing- und Burnout-Prophylaxe

Digitale Möglichkeiten **Skype:** Skype-App (www.skype.com – kostenfrei) – wenn noch nicht vorhanden auf PC oder mobilem Endgerät – laden, Skype-Adresse bekannt geben. Zum vereinbarten Termin werden Sie kontaktiert. Meine Skype-Adresse: ark-coaching

ZOOM: Zoom-App laden (www.zoom.us - kostenfrei), E-Mail-Adresse bei der Terminvereinbarung bekannt geben und am Tag des vereinbarten Termins erhalten Sie eine Meeting-ID. Meeting-ID kopieren, in den Internetbrowser eingeben und dem Meeting beitreten.

Beim erstmaligen Arbeiten mit Zoom kommt ein link zum Download, App herunterladen und dann der Aufforderung dem Meeting beizutreten folgen.

FaceTime: Telefonnummer bei der Terminvereinbarung bekannt geben und Sie werden zum vereinbarten Termin angerufen. Meine Telefonnummer: 0043 664 41 08 738.

Bei allen drei Varianten ist es notwendig Kamera und Ton einzuschalten. Sehr gerne besprechen wird den konkreten Ablauf der gewählten Technik bei der Terminvereinbarung und begleiten Sie bei den vorab notwendigen Schritten bzw. können ein Anleitungsmail senden.

Die Trainerin Mag.^a (FH) Alexandra Riegler-Klinger, MA, MAS, MSc

- Diplomsozialarbeiterin, Krisenberaterin, Supervisorin, Coach, Organisations- und Unternehmensberaterin
- Langjährige Erfahrung in der Beratung und in der Leitung.
- www.ark-coaching.at



Terminvereinbarung per E-Mail office@ark-coaching.at oder Telefon 0043 732 272 901.0.

