



Psychotherapie | Supervision | Coaching

Systemische Familientherapie, Einzel-, Paar-, Eltern- und Jugendlichentherapie

Coaching

Für Menschen im Berufsleben
oder Arbeitssuchende
Führungskräftecoaching

Supervision

Einzel-, Gruppen-, Team- und Fallsupervision
Teamentwicklung
Moderation von Klausuren

Psychotherapie

Systemische Familientherapie für Einzelne, Paare,
ältere Menschen, Eltern und Jugendliche



Kompetenzbereiche

- *Wirtschafts- und Arbeitspsychotherapie*
- *Stress- und Ressourcenmanagement / Burn out Prävention*
- *Psychiatrie – psychiatrische Berufsfelder*
- *Traumatherapie*
- *Gesundheitswesen*
- *Therapeutische und Beratende Berufe*
- *Berufliche Integration und Bildung*

Aus- und Fortbildung

- *Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie (PITT)*
- *Traumatherapie – Brainspotting*
- *Psychotherapeutin – Systemische Familientherapie (ÖAGG)*
- *Systemische Supervisorin und Coach (ÖVS)*
- *Lösungsorientierte Ansätze für Supervision, Coaching und Teamentwicklung*
- *Reteaming Coach*
- *Personenzentrierte Berufs- und Sozialtrainerin*
- *Exportkauffrau*

Coaching & Supervision

Sie arbeiten alleine, in einer Organisation, im Team, als MitarbeiterIn oder als Führungskraft. Ihre Arbeitssituation macht Ihnen zu schaffen. Anforderungen, Druck und Stress werden immer mehr, was zu Überlastungen, Konflikten und psychischen Stress führen kann. Unsicherheit, Unzufriedenheit und sogar Krankheiten können die Folge sein.

Coaching und Supervision unterstützt Sie, die berufliche Situation zu reflektieren und zu klären, sowie die persönlichen, sozialen und fachlichen Kompetenzen zu erkennen und zu erweitern, sodass Sie Ihre individuellen Lösungen / Lösungswege entwickeln können.

Dadurch können Sie Spannungen abbauen, Ihren Arbeitsalltag zu-frieden gestalten und beugen somit auch Burnout vor. Coaching und Supervision fördert auch die Selbstreflexion.

Supervision und Coaching auch vor Ort möglich!

*„Handle stets so, dass
weitere Handlungs-
möglichkeiten entstehen.“*

Heinz v. Foerster,
österreichischer Philosoph und Physiker

Folgendes beschäftigt Sie

- Stress – Überforderung – Erschöpfung
- Veränderungen – Umstrukturierungen
- Spannungen – Konflikte
- schwierige Kommunikationsprozesse
- Störungen von Arbeitsabläufen
- Unzufriedenheit
- Mitarbeiterwechsel – Fluktuation
- neue Aufgaben – neue Herausforderungen
- Führungsaufgaben
- Auszubildende – Lehrlinge
- Teamentwicklung
- berufliche Zukunft – Karriere
- Burn out Prävention
- Zeit- und Selbstmanagement

Psychotherapie

Sie leben allein oder mit Partner, mit oder ohne Kinder, mit oder ohne Eltern. In letzter Zeit fühlen Sie sich oder/und ein Familienmitglied nicht wohl. Ihr seelisches Gleichgewicht ist nicht mehr in Balance und dies hat sogar Auswirkungen auf ihr Denken, Fühlen und Handeln. Dieser Zustand führt womöglich auch zu Störungen bzw. Erkrankungen.

Psychotherapie unterstützt Sie die Zusammenhänge Ihrer jetzigen Situation besser zu verstehen, sowie eigene Kräfte und Fähigkeiten – Ressourcen- zu aktivieren, sodass Handlungsmöglichkeiten entstehen, die Ihnen ein Mehr an geistigem, seelischem und körperlichem Wohlbefinden ermöglichen. Psychotherapie ist auch eine Unterstützung zur persönlichen Weiterentwicklung.

Ich freue mich auf Ihren Anruf!



*„Hinter jeder Ecke
lauern ein paar Richtungen“*

Stanislaw Jerzy Lec,
polnischer Aphoristiker und Lyriker

Folgendes beschäftigt Sie

- *Posttraumatische Belastungsstörung*
- *Überforderung – akute Belastung*
- *Burn out – Erschöpfung*
- *Angststörung – Panikattacken*
- *Trauma*
- *Psychosomatik*
- *Wechsel*
- *Anpassungsstörung*
- *Persönlichkeitsstörung*
- *Depressionen*
- *Beziehungsprobleme – Konflikte*
- *Trennung – Scheidung*
- *Elternschaft – Partnerschaft – Ehe*
- *Pubertät und Adoleszenz*
- *Behinderung*

Termin und Ort nach telefonischer Vereinbarung

Telefon: 0650 499 07 13

E-Mail: info@dagmar-baschinger.at

Landgutstraße 20/EG, 4040 Linz

Leopold Werndlstraße 46/2/12, 4400 Steyr

www.dagmar-baschinger.at