

Die Abteilung

mcb ist ein professioneller psychosozialer Dienstleister welcher die KlientInnen in beruflichen, aber auch privaten und familiären Problemstellungen durch individuelles Coaching und Beratung unterstützt.

Die angebotenen Coaching- und Beratungsleistungen ermöglichen den KlientInnen eine entscheidende Verbesserung der individuellen Arbeitssituation und Lebenszufriedenheit.

Selbstverständlich garantieren wir unseren KlientInnen absolute Vertraulichkeit hinsichtlich der uns anvertrauten Daten und Themen.

Anmeldung

Gerne können Sie uns per E-Mail mcb@tirol-kliniken.at kontaktieren oder telefonisch unter (0)50 504-269 00 einen persönlichen Termin vereinbaren.

Unsere Sekretariatszeiten sind: **Montag bis Donnerstag von 08:00 bis 16:30 Uhr und Freitag von 08:00 bis 12:00 Uhr.**

Falls Sie außerhalb der Sekretariatszeiten anrufen, können Sie uns gerne eine Nachricht hinterlassen. Wir rufen Sie verlässlich zurück.



Ort

Stieglbräu-Gebäude
Wilhelm-Greil-Straße 25, 5. Stock
6020 Innsbruck
(gegenüber Landhausgarage)

Kontakt

Sekretariat **mcb**
Telefon: +43 (0)50 504-269 00
Telefax: +43 (0)50 504-67 269 00
E-Mail: mcb@tirol-kliniken.at
Internet: <http://mcb.tirol-kliniken.at>



**Coaching
Individualtraining
Beratung**

Layout: PR und Kommunikation - 11/15

Coaching zur aktuellen beruflichen Problemlösung

Die KlientInnen werden im Coaching durch individuelle Betreuung in ihrer beruflichen Problemstellung und Zielerreichung unterstützt.

Berufliche Positionierung

- ➔ Um- bzw. Neuorientierung
- ➔ organisationale Veränderungsprozesse
- ➔ Karriereplanung
- ➔ Präsentation beruflicher u. persönlicher Kompetenzen

Führung

- ➔ belastende Situationen mit MitarbeiterInnen
- ➔ Unterstützung in der Führung von MitarbeiterInnengesprächen
- ➔ organisationsbedingte Führungsanforderungen
- ➔ Vorbereitung für Personalauswahlverfahren

Konflikte und Kooperation

- ➔ Konflikte mit Vorgesetzten, MitarbeiterInnen und KollegInnen
- ➔ Kultur im Umgang mit Vorgesetzten, MitarbeiterInnen und KollegInnen
- ➔ Fragen der Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen und Institutionen

Berufliche Krisen

- ➔ Burnout, Boreout
- ➔ Mobbing, Bossing
- ➔ psychische Belastungen im Zusammenhang mit berufsrechtlichen Belangen (z. B. Gerichts- und Verfahrenscoaching)

Individualtraining zur Persönlichkeitsentwicklung

Der Ausbau der sozialen und persönlichen Kompetenzen erfolgt durch ein individualisiertes Coachingprogramm.

Führungscoaching

- ➔ Erfolgreicher Einstieg in die Führungsrolle
- ➔ Individuelle Lösungen für erfahrene Führungskräfte

Stressmanagement

Umgang mit Stressoren am Arbeitsplatz

Stärkung des eigenen Ich

Entwicklung des Selbstwertes

Mobbing- rechtzeitig erkennen

Präventive und unterstützende Maßnahmen

Konfliktmanagement

Herausforderungen und Differenzen im Team

Teameinstieg bzw. -ausstieg

Gelungener Neueinstieg oder Abschied vom Team

50+, Erfahrung als Chance

Lebensalter als Ressource

Ausdruckscoaching

Auftreten – Habitus – souveräne Natürlichkeit

Der Eskalation einen Schritt voraus

Sensibilisierung für beziehungskritische Momente

Suchtproblematik am Arbeitsplatz

Agieren statt reagieren

Beratung zur aktuellen privaten Problemlösung

Die Beratung legt ihren Schwerpunkt auf Fragestellungen, die sich auf die persönlich-familiäre Ebene der KlientInnen beziehen.

Familie und Beziehung

- ➔ Beziehungsprobleme wie z. B. Scheidung, Trennung
- ➔ Patchworkfamilien
- ➔ „Eltern werden“ - Elternschaft – Erwartungen und Ansprüche
- ➔ Eltern-Kind-Beziehung
- ➔ Erziehungsfragen
- ➔ Schul-(Lern) Probleme
- ➔ Auszug der Kinder – sich in der Partnerschaft neu finden
- ➔ Sexuelle Orientierung
- ➔ gefährdendes Verhalten im Zusammenhang mit z. B. Alkohol, Drogen, Medikamenten, Internet

Krisen

- ➔ Todesfall, Suizid
- ➔ eigene Erkrankung / Erkrankung Angehöriger
- ➔ Unfallgeschehen
- ➔ Behinderung

Persönliche Grundfragen

- ➔ Lebensmodelle und Lebensplanung
- ➔ Muster, Überzeugungen, Regeln
- ➔ Emotionen und Gefühle
- ➔ Ressourcen