

Mein Angebot

- ▶ Sie erkennen Ihre Ressourcen und Ihr Potential
- ▶ erweitern Ihre Konfliktkompetenz
- ▶ reduzieren Stress, Angst und negative Gefühle
- ▶ entdecken Hindernisse als Chance
- ▶ begegnen Ihrer Selbstwirksamkeit
- ▶ verbessern Ihre Kommunikation
- ▶ stärken Ihr Inneres Kind
- ▶ verwandeln Ihre Trauer
- ▶ finden (wieder) Lebensfreude
- ▶ Nehmen Gedanken, Gefühle und Körpersignale achtsam wahr
- ▶ finden Hilfe zur Selbsthilfe

Stärkendes für Ihr TEAM

- ▶ Kommunikationstrainings
- ▶ maßgeschneiderte Workshops/
Klausuren/Seminare
- ▶ Konfliktmanagement



Silvia K. Baumann MA

- ◆ Systemisches Einzel- und TeamCOACHING
- ◆ Mediation und KonfliktBERATUNG
- ◆ Team- und EinzelSUPERVISION
- ◆ Persönlichkeitsberatung
- ◆ Beratung in Lebenskrisen
- ◆ KommunikationsTRAINING
- ◆ Klausuren und Workshops
- ◆ Hochsensitivität

Kontakt

Mobil: +43 (0)699 19455133

E-mail: office@silbau.com

www.silbau.com

Praxis Wien

12. und 17. Bezirk

Praxis Linz

Linz/Altenberg

Termine in meiner Praxis oder in Ihrem Betrieb

Coaching Supervision Mediation Salutovision



„Entdecke
deine unbemerkten
Möglichkeiten“

Silvia K. Baumann MA
Linz & Wien



Willkommen

Beruflich oder Privat erleben Sie herausfordernde Situationen und wünschen sich eine erfahrene Begleiterin und Beratung?

Begeistert und fachlich qualifiziert begleite ich seit mehr als 25 Jahren Menschen in Einzel- und Teamsitzungen. Im persönlichen Gespräch und mit kreativen Methoden entwickeln wir gemeinsam neue Sichtweisen, finden Sie Hilfe zur Selbsthilfe und neue Lösungsmöglichkeiten.

Ich freue mich auf eine persönliche Begegnung!



Mögliche Anlässe

- Veränderungen beruflich oder/und privat
- Ungelöste Konflikte
- Überlastung und Selbstwert
- Stress, Angst und Selbstzweifel
- Burn-out Prophylaxe
- Hochsensitivität
- Verletzte Gefühle
- Trauer, Trennung, Verlust
- Fehlende Lebensfreude

Firmen

- Supervision und Coaching
- Kommunikationstraining
- Teamgeist und Konflikte
- Klausuren und Workshops



Aus- und Fortbildungen

- ★ Mediation / Konfliktberatung
- ★ Systemisches Coaching
- ★ Supervision
- ★ Pädagogik
- ★ Gewaltfreie Kommunikation
- ★ Sucht- & Gewaltprävention
- ★ Forumtheater
- ★ Trauerbegleitung
- ★ Maltherapie
- ★ unterschiedliche Aufstellungsformate
- ★ Achtsamkeitstraining MSC
- ★ Körperarbeit- Breema & Cranio Sakral
- ★ Gesundheitsbild
- ★ Salutovision

