

## Persönlichkeitscoaching

■ Ein Angebot für Menschen mit gesellschaftspolitischem Engagement, für Führungskräfte, MitarbeiterInnen und Teams. Karrierebestrebungen schließen ein gewisses Maß an Fairness und Kooperationsbereitschaft nicht aus. Eine hoch entwickelte Beziehungskultur kann durch Konzepte für mehr Durchsetzungskraft, differenzierte Strategien und bessere Präsentation ergänzt werden, um den sich wandelnden strukturellen Bedingungen und dem steigenden Wettbewerb gewachsen zu sein.

## Supervision

■ Ein Angebot zur Selbstprüfung für anspruchsvoll ausgebildete BeziehungsarbeiterInnen und Arbeitsteams. In einem längerfristigen begleitenden Prozess werden die Ebenen Innere Welt, Zwischenmenschliche Welt, Arbeitswelt und Äußere Welt zur Interpretation der eingebrachten Fälle herangezogen.

## Psychotherapie

■ Ein längerfristiges und vielschichtiges Angebot, um Szenen der Gegenwart, Abbilder der Vergangenheit und auch Zukunftsvisionen prozessorientiert zu bearbeiten. Interaktionen werden dabei bewusst und veränderbar gemacht. Die Wahrnehmung der eigenen Rollen und Möglichkeiten des Perspektivenwechsels werden eingeübt. Das Bearbeiten von Rollenmustern unterstützt die Erweiterung eingengter Lebensentwürfe, psychische und physische Leidenszustände werden damit verbessert.

Hildegard Pruckner MSc  
Psychotherapeutin und  
Persönlichkeitscoach

Wimbergergasse 5/36  
1070 Wien

Telefon & Fax 0043 1 408 97 42  
office@hildegardpruckner.at  
www.hildegardpruckner.at



»»» Mein Angebot

»»» Kontakt

»»» Hildegard Pruckner

Psychotherapeutin  
Persönlichkeitscoach  
Supervisorin

- Die Frage nach dem Sinn unseres Tuns ist wesentlich, wenn es darum geht, Arbeits- und Liebesfähigkeit zu erhalten und die Freude daran wieder zu entdecken.

„Große“ allgemein gültige Antworten enttäuschen oft, und für das Privatleben geltende übergeordnete Wertorientierungen sind nur bedingt in den Arbeitsprozess integrierbar. Viele Menschen befinden sich daher auf der Suche nach verschütteten Resten von Spontaneität und Kreativität.

Menschen im Berufsalltag sind verstärkt Wechselbädern ausgesetzt. Um diese zu bewältigen, und um in ihren Rollen handlungsfähig zu bleiben, sind strategisches Denken und Handeln unabdingbare Voraussetzungen.

Trends, wie die strikte Trennung von Privat- und Arbeitsleben, der Rückzug in eine „neue Biedermeierlichkeit“ oder der Glaube an neue Gurus, verlangen nach Werkzeugen für eigenständige Positionierungen.

- Psychotherapeutin, Persönlichkeitscoach, Supervisorin
- Lehrtherapeutin der Fachsektion Psychodrama im ÖAGG
- Lehrbeauftragte für den Universitätslehrgang Psychotherapie / Psychodrama (ÖAGG-DUK Krems)
- Gesellschaftspolitisches Engagement (Friedensbewegung, Frauenbewegung, Interkulturelles Lernen, Arbeit mit/für traumatisierte/n Menschen, Arbeit mit/für Menschen im dritten Lebensabschnitt)

- Pädagogische Ausbildung und langjährige Berufserfahrung
- Ausbildung in Psychodrama
- Universitätslehrgang (Master of Science) für Psychotherapie / Psychodrama (ÖAGG-DUK Krems)
- Ausbildung in Systemischer Therapie und Supervision (hsi-Heidelberg)
- Weiterbildung für „Stressbearbeitung vor und nach belastenden Ereignissen (DUK Krems)

- Kooperationspartnerin des Institutes für Macht-Kompetenz Christine Bauer-Jelinek

Zentrale Elemente meiner Arbeit sind die menschliche Begegnung und eine tragfähige Arbeitsbeziehung. Auf Grund meiner Aus- und Weiterbildung erfolgt mein Zugang im Einzel- und Gruppensetting durch das strukturierende Gespräch und handlungsaktivierende Techniken.

- Bei der Zielformulierung verhelfen szenische Rekonstruktionen oder Aufstellungen zu einer raschen und effizienten Präzisierung.
- Für die sich daraus ergebende Problemformulierung werden erlebnis- und handlungsorientierte Methoden eingesetzt.
- In weiteren übungszentrierten Sequenzen werden Ressourcen der KlientInnen mobilisiert. Das vorhandene Rollenrepertoire soll flexibler einsetzbar werden, oft müssen auch neue Rollen kreiert werden.

In meine Arbeit fließen meine langjährige Lebens- und Berufserfahrung mit ein, mein Humor hilft mir oft bei der Vermittlung neuer Sichtweisen.

Im Erstgespräch werden das Ziel und die zu dessen Erreichung nötige Anzahl von Sitzungen festgelegt. Der Kontrakt beinhaltet weiters die Festlegung des Ortes und der Häufigkeit der gemeinsamen Arbeit, Zahlungsmodalitäten und eventuelle Sondervereinbarungen.

»»» Meine Philosophie

»»» Meine Kompetenzen

»»» Meine Arbeitsweise