

# Spirit & Competence

## Übersicht:

1. Unternehmensprofil Seite 1
  - Zielgruppen
  - Fokus
  - Synergie
  - Kernkompetenz
  - Auszeichnungen
  - Partner
  
2. Produktpalette Seite 2- 6
  - Coaching
  - Training
  - Coaching und Training
  - Beratung
  - Arbeitspsychotherapie
  
3. Curriculum Vitae Seite 7



# Spirit & Competence

## Zielgruppen

sind Unternehmen, die in die Entwicklung ihrer Mitarbeiter investieren. Das ruhende Potential stellen FacharbeiterInnen, Führungskräfte und ManagerInnen.

## Fokus

Menschen tragen eine unermessliche Vielfalt an Begabung und Dynamik in sich. Freisetzung und Ausrichtung dieser Energien innerhalb einer individuell angestrebten Persönlichkeitsentfaltung, aber auch innerhalb eines Teams, einer Abteilung, einer Organisation, sind nicht Produkte einer zufälligen Entwicklung. Ruhende Potentiale und widersprüchliche Kräfte verlangen nach gezieltem und kreativem Eingriff.

## Synergie

Diese Energien im Einklang mit Unternehmensleitlinien in Bewegung zu setzen, sie mit Ziel und Richtung zu versehen, erkenne ich als meine spannendste Aufgabe.

## Kernkompetenz

- Maßgefertigte Produkte
- Intensiver Kundenkontakt
- Breite und tiefgehende Ausbildungspalette
- Solides „Handwerk“ im Standard- und Spezialsegment

## Auszeichnungen

- Österreichischer Präventionspreis 2008

## Partner

Die enge Kooperation mit TRAIN TRUST Management und Organisational Development führt zu erfreulicher Synergie und erweitert die praxisbezogene und anwendungsorientierte Ausrichtung.



## Meine Produkte

---

### COACHING ALS WEG

Die Antwort auf Herausforderungen ist Entwicklung. Damit liegt die Initiative – Zielvorstellung, Bewegung und Richtung – in Ihrer Hand.  
Ihr Coach ist Katalysator im Prozess zum Erlangen dieser Initiative und der Fähigkeit zur Selbsthilfe in Eigenverantwortung.  
Jedes Entwicklungsvorhaben beginnt mit einer klarsichtigen Bestandsaufnahme.

Im Zusammenspiel mit Ihrem Coach entsteht Ihre Vorstellung von Start, Weg und Ziel.

Im Zusammenspiel mit Ihrem Coach gehen Sie - nach Maßgabe der Prozessentwicklung - von Etappe zu Etappe.

Das Ziel wird der Weg. Der Weg wird das Ziel.

### COACHING BEREICHE

- Karriere- Coaching
- Strategisches Coaching
- Hilfe zur Selbsthilfe im Berufsalltag; Bewältigung von Stress/ Arbeitstechniken/ Selbst- und Zeitmanagement
- Konfliktmanagement
- Führen, Leiten, Moderieren
- Organisation und Management
- Team und Mitarbeiterentwicklung
- Öffentlichkeit und Medien
- Persönliche Performance (Rhetorik, Stil, Körpersprache)
- Persönlichkeitsentwicklung (ICH- Stärke, Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit, Soziale Kompetenz, Emotionale Intelligenz)
- Abschied und Neuorientierung



# Spirit & Competence

## TRAINING

An Facharbeiter, Führungskräfte und Manager wird im Arbeitsalltag nicht nur unterschwellig der Anspruch gestellt, den Beruf vor Familie und „Selbst“ zu stellen, sondern auch darüber hinaus in der jeweiligen Rolle und Funktion speziellen hohen professionellen Anforderungen zu entsprechen.

Besondere soziale, kommunikative, strategische und rhetorische Skills gehören heute ebenso zum selbstverständlichen Rüstzeug wie die Fähigkeit, sich selbst am Arbeitsplatz energetisch zu regenerieren und Mitarbeiter und Kollegen zu motivieren. Ebenso ist heute die Fähigkeit situativ zwischen hierarchischem Führen und prozessuellem Führen zu wechseln gängige Voraussetzung für fast jede Position oder/und Funktion.

Grundvoraussetzungen dafür sind somit persönliche Fähigkeiten und Fertigkeiten im sozialen, kommunikativen, strategischen und rhetorischen Bereich im zielorientierten Umgang mit Menschen um

- Gesprächsbereitschaft zu sichern
- das Gespräch auf sachlicher und emotionaler Ebene zu FÜHREN
- mit hoher Identifikation hinter eigenen Äußerungen zu stehen
- durch aktives Zuhören und Reflexion des Gesagten dem Gesprächspartner das uneingeschränkte Interesse zu zeigen
- Möglichkeiten der Intervention und Veränderung in Gesprächssituationen zu erkennen und zu nutzen
- sowie Fragen als wesentliches Element der zielorientierten Gestaltung von Kommunikationsabläufen einzusetzen.

Diese Aspekte werden durch ein maßgeschneidertes und effektives Kommunikationstraining voll abgedeckt. In Weiterführung der Entwicklung als Person und Arbeitskraft sind sie auch für ein erfolgreiches Coaching unabdingbare Voraussetzung.



# Spirit & Competence

## TRAININGS- BEREICHE

- Systemisches Gesprächstraining & Fragetechniken
- Lösungsorientierte Intervention
- Team und Kooperation
- Konfliktmanagement
- Rhetorik & Verhalten
- Führungskompetenz
- Öffentlichkeit & Medien
- Persönliche Performance (Rhetorik, Stil, Körpersprache)
- Bewerbungstraining
- Individuell zugeschnittene Trainings

## COACHING UND TRAINING

Die Grenzen der klassischen Definition von Coaching – lösungsorientierte Prozessbegleitung bei berufsspezifischen Problemstellungen von Führungskräften im One to One Gespräch – hat in den letzten Jahren Ausweitungen erfahren. Dies trifft speziell auf eher anlassbezogenes Coaching – z.B. Vorbereitung auf ein Hearing/ ein AC oder eine Schlüsselverhandlung – zu. Dabei geht Coaching oft hilfreich in eine Art individuelles Intensivtraining im Hinblick auf Strategie, Verhalten, Gesprächsführung und Rhetorik über und kommt dabei zuweilen in die Nähe von Beratung und Handlungsanleitung, ohne jedoch den Boden des klassischen Coachings vollständig zu verlassen.

## METHODEN

Gespräch, Elemente aus der Systemtheorie, dem Psychodrama der Gestalttherapie und der Kommunikationspsychologie, Aufstellungen, Stellbrett, Rollenspiel, Rollenübung, Case Study, Simulation, Videoanalyse, Feedback, etc.



# Spirit & Competence

## ARBEITS- FORMEN

One to one, Gruppen von 3- max.12 ; Doppelstunden, Halbtage (4 Stunden geblockt) oder mit zeitlichem Zwischenraum für Anwendung und Reflexion; Einzelcoach oder Coach-Tandem Mann/ Frau; individuelles Vorgehen ist in Übereinkunft mit dem Coach möglich.

Study, Simulation, Videoanalyse, Feedback, etc.

## LEISTUNG

Performance als Coach, Coaching - Logbuch, Handouts, schriftliche Kurzdokumentation der Coachingeinheiten und deren inhaltlicher und methodischer Schritte.

## BERATUNG

unterstützt bei der Orientierung, Problembewältigung, Entscheidungsfindung und Handlung in unterschiedlichen Lebensbereichen und Zusammenhängen. Sie ist eine Form der hilfreichen Interaktion zwischen zwei oder mehreren Personen. Der um Rat suchende Klient wird dabei unterstützt, auf eine Frage oder ein Problem an Klarheit, Handlungs- und Bewältigungskompetenz zu gewinnen  
Beratung gewährleistet durch die Förderung vorhandener Ressourcen Kompetenz- und Persönlichkeitsentwicklung.

## BERATUNGS- BEREICHE

- Karriereberatung
- Mitarbeiter und Empowerment
- Assessment und Personalauslese
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Spannungsfeld Familie- Beruf- Freizeit
- Krisen- und Konfliktberatung
- Human Resource Development



## ARBEITS- PSYCHOTHERAPIE

Der Einsatz therapeutischer Interventionen ergibt sich in der Regel dann, wenn die Selbstwirksamkeit des Klienten nicht im ausreichenden Maß vorhanden ist. Der Therapeut unterstützt den Klienten bei der Wiederherstellung von psychischer und psychosomatischer Gesundheit. Ziel ist die Veränderung von Verhalten, Kognitionen und Emotionen, so dass der Klient den Anforderungen aus der Arbeitswelt ohne schädigende Überforderung gerecht werden kann

## PSYCHOTHERAPIE- BEREICHE

- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Spannungsfeld Familie- Beruf- Freizeit
- Krisenintervention
- Mobbing
- Burnout
- Psychische Belastung und Stress
- Psychosomatische Symptome
- Alkohol- und Suchtprävention
- Angst- und Panikattacken

## Honorar

Honorare orientieren sich am Markt üblichen Standard; sie werden zwischen Klienten/Kunden im Auftragsgespräch festgelegt



# Spirit & Competence



## Dipl.-Päd. Katharina Theresia Schmolmüller, MSc

---

Jg. 1966, Psychosoziale Beraterin (MSc/ Uni Krems), Kommunikations- und Rhetoriktrainerin, Systemischer Coach, Trainerin für Wirtschafts- und Sozialkompetenzen, Pädagogin, Psychotherapeutin (Uni Wien & Krems), TRAIN- TRUST GmbH Koordinatorin für den Bereich Coaching, ASG- Vorstandsmitglied

Gewinnerin des Österreichischen Präventionspreises 2008

- Training:** Selbstständige Seminarartätigkeit in den Bereichen Rhetorik, Kommunikation, Führungskräfte training, Selbst- und Zeitmanagement, Gesprächsführung, Mitarbeitergespräch, Konfliktmanagement etc.
- Lehrgänge** 2006 Lehrgangleiterin „PDK- Kommunikationstrainer“ (PI)  
2009/10 Lehrgangleiterin „Ausbildung zum/zur KommunikationstrainerIn“ Pädagogische Hochschule  
2006/07 Lehrgangleiterin „PDC- Coach“ (PI)
- Coaching:** Selbstständiger Coach für Führungskräfte, Leiter im Pädagogischen Bereich, Mitarbeiter in Teams; im Besonderen bei Führungsproblematik, Stress, Burnout, Mobbing, Motivations-Kollaps, Familien- und Lebenskrisen etc.
- Beratung & Psychotherapie:** Freie Praxis, aber auch intensive Tätigkeit innerhalb des mehrjährigen Projekts „Konflikt- und konstruktives Konfliktmanagement“ sowie umfassende Präventionsarbeit
- Unternehmensgründung:** 2003 Gründung von „Spirit & Competence“ als Einpersonengesellschaft
- Kunden:** Bundesrechenzentrum, WIFI- Wien, WSW Wohnservice Wien, Pädagogische Hochschule, Siemens, SOZAK Sozialakademie, Train Trust- GmbH, Billa, BLAG ,Verein Basis (Verein zur Vernetzung psychosozialer Berufsgruppen), ASG





# Spirit & Competence

(Trainerverein für Sozialpsychologie und Gruppendynamik),  
Arbeiterkammer etc.

## **Persönlich- keitsprofil:**

- Einfühlungsvermögen und Intuition
- Analytisches Denken
- Fähigkeit Menschen zu motivieren
- Fähigkeit Wichtiges auf den Punkt zu bringen
- Zielorientiertheit
- Durchhaltevermögen

