



## Die Welt dreht sich weiter – ein bisschen digitaler!

Aktuell geht es für alle darum, sich in unserer veränderten Welt bestmöglich zurecht zu finden. Arbeitsprozesse müssen angepasst (Home-Office, Kurzarbeit, etc.) und Vorschriften der Behörden müssen befolgt werden. Zudem kämpft jede/r mit individuellen Bedürfnissen und Sorgen. Führungskräfte und Mitarbeiter/innen sind dabei gleichermaßen herausgefordert. **Stellen wir jetzt durch Online Coaching gemeinsam die Weichen für den Erfolg in der Zeit mit und nach Corona!**

### Schlagkräftiges Online Coaching durch BZL Experten

Ihr BZL-Coach unterstützt Sie in der aktuellen Situation dabei, mit etwaigen Unsicherheiten umzugehen und Strategien zu erarbeiten, um Ruhe zu bewahren. Als Online Coaching geschieht dies mit **maximaler räumlicher und zeitlicher Flexibilität!**

Das BZL unterstützt und begleitet Mitarbeiter/innen und Führungskräfte mit einem schlagkräftigen Team aus Personalentwickler/innen, Arbeitspsycholog/innen, Kommunikationsprofis und spezialisierten Coaches durch die Corona-Krise. In einer Online Coaching Session, bieten wir Ihnen einen geschützten Rahmen, in dem Sie sich wohlfühlen und sich auf Augenhöhe mit einem/r erfahrenen Ansprechpartner/in austauschen können.

### Welchen Nutzen haben Sie durch ein (Online) Coaching?

Der Nutzen orientiert sich an Ihrem individuellen Bedarf. Beispiele sind emotionale Entlastung, Stressabbau, Perspektivenwechsel, erhöhte Selbstreflexionsfähigkeit, verbesserte Führungskompetenz und Kommunikation, sowie ein besseres

Beziehungsverhalten und effektiveres Handeln. Oder einfach auch mal nur seine Gedanken ordnen und Klarheit im Kopf schaffen. Das Thema/Anliegen bringen Sie mit zum Coach, der es mit Ihnen gemeinsam Stück für Stück zum gewünschten Ziel führt.

### **Sie sparen Zeit und Kosten.**

Online Coaching braucht tatsächlich nur genau die Zeit, die Ihre Coaching-Sitzung dauert: Rechner an und los. Keine Reisezeiten, keine Fahrtkosten.

### **Sie bleiben flexibel.**

Das Coaching ist überall dort möglich, wo Sie Zugang zu Internet oder Telefon haben.

### **Online Coaching wirkt nachhaltig.**

Das gilt natürlich auch für das Coaching von Angesicht zu Angesicht. Aber weil das virtuelle Coaching flexibler und zeitsparender ist, integrieren Sie es leichter in Ihren Alltag. Und so sehen Sie schneller Ergebnisse.

### **Im Online Coaching fällt das Reden leichter.**

Sie befinden sich in Ihrer gewohnten Umgebung, vielleicht in Ihrem Lieblingssessel mit einem Kaffee auf dem Tisch. So fühlen Sie sich sicher und entspannt. Wenn Sie möchten, kann Ihre Coaching-Sitzung ohne Videoübertragung oder auch telefonisch stattfinden.

## **Wie läuft ein Online Coaching ab?**

Ein Online Coaching funktioniert fast genauso wie ein traditionelles Eins-zu-Eins-Coaching. Es ist ein geschützter Raum für aktuell wichtige Themen in Ihrem Leben: Beruf, Beziehungen, Gesundheit oder auch Ihr Umgang mit Ihnen selbst und Ihren Zielen. Einziger Unterschied: Das Coaching findet bequem an Ihrem persönlichen Wunschort statt, mit Ihrem Online Coach auf dem Bildschirm.

**Gemeinsam** klären wir zunächst Ihre aktuelle Situation und Ihre Ziele, bevor wir uns Schritt für Schritt an die Umsetzung machen. Große komplexe Themen teilen wir in überschaubare Einheiten auf und Sie nehmen die Priorisierung vor. Manche Themen benötigen weniger Zeit, manche ev. mehrere Einheiten. Das ergibt sich aus dem Prozess. Die Coaches agieren **vertraulich und verschwiegen**, alles bleibt wo es sein soll – zwischen Ihnen und dem Coach. Mögliche digitale Tools werden vorab mit Ihnen besprochen.

## Und wenn die virtuelle Hürde am Anfang doch zu groß ist?

Dann gibt es noch die Möglichkeit des „Blended Coachings“. Sie kommen zu Beginn unserer Zusammenarbeit zum persönlichen Gespräch, damit wir uns kennenlernen - natürlich unter Einhaltung aller aktuellen Sicherheitsrichtlinien. Weitere Sitzungen finden dann online statt, es sei denn, Sie wünschen zwischendurch weitere persönliche Termine.

## Ihre Investition

Natürlich sollen Sie sich bei Ihrem Coach gut aufgehoben fühlen! Wir bieten Ihnen ein kostenloses 15-minütiges Gespräch um sich persönlich etwas „abzutasten“. Sollten Sie unsicher sein, ermöglichen wir Ihnen gerne ein Gespräch mit einem weiteren BZL Coach/Experten. Die Chemie zwischen Coachee und Coach ist entscheidend.

Einzelstunde:	150 Euro
Paket 3 Stunden:	420 Euro (140/Stunde)
Paket 5 Stunden:	650 Euro (130/Stunde)
Paket: 10 Stunden:	1.200 Euro (120/Stunde)

## Berufliches Coaching ist von der Steuer absetzbar!

Die Pakete gelten ein Jahr und können nach Absprache bei jedem BZL Coach eingelöst werden.

## Investieren Sie in Ihre Zufriedenheit, Ihren Erfolg und Ihre Zukunft!

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen die Möglichkeiten eines Coachings abzuklären:



**Mag. Andreas Gebauer**  
Coach und Trainer  
[andreas.gebauer@bzl.at](mailto:andreas.gebauer@bzl.at)  
Tel. +43 7672 701 – 3516



**Mag. Tanja Baumann**  
Coach und Trainer  
[tanja.baumann@bzl.at](mailto:tanja.baumann@bzl.at)  
Tel. +43 7672 701 - 3307