

## **kompetenzprofil**

Lebens- und Sozialberaterin, Berufspädagogin,  
Akadem. Supervisorin – mit langjähriger Erfahrung in  
der Erwachsenenbildung – freiberuflich in eigener  
Praxis und in Bildungs- und Beratungseinrichtungen tätig.

**beratung  
coaching  
seminare**

Kreativität, Sensitivität und die fühlbare  
Lebensfreude in Bewegung und Stille  
bestimmen die mental, emotional und vital  
ganzheitliche Methodik und Arbeitsweise.



## **brigitte kaltenegger**

A-5111 Bürmoos · Georg-Rendl-Weg 26  
mobil: +43 (0) 664 - 444 76 77  
mail: [brigitte.kaltenegger@sbg.at](mailto:brigitte.kaltenegger@sbg.at)

**br**

**beratung  
coaching  
seminare**

**brigitte  
kaltenegger**

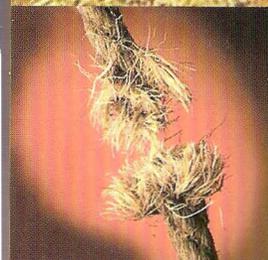
Ein Weg wird erst dadurch zum Weg,  
indem er beschritten wird.

Lao Tse



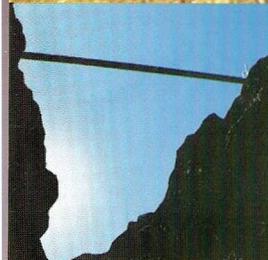
bri

beratung  
coaching  
seminare



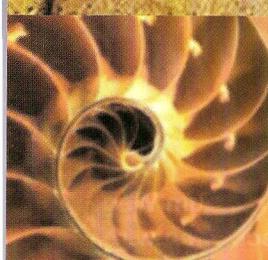
### beratung

in schwierigen, scheinbar ausweglosen Lebens-Situationen, in denen nur Hilfe durch neutrale, erfahrene Dritte erfolgreich sein kann. Probleme analysieren und konkret erfassen, den Blick neu ausrichten, weg vom Problem hin zum Wunsch, zur Lösung und zum Ziel.



### coaching

Belastende Ereignisse führen unter Zeitdruck und Stress zu Entscheidungskrisen, die umsichtige Begleitung und kompetente Unterstützung erfordern: Problemzonen müssen erfasst und in ihrer Gesamtheit klar definiert werden, Ressourcen ermittelt und realistische Ziele erarbeitet und terminisiert werden.



### seminare

Persönlichkeitsbildung  
Kommunikations- und Kompetenztraining  
Gedächtnis- und Intuitionstraining  
Entspannungs-, Atmungs- u. Bewegungstraining  
Meditation und Yoga

## Beratung für persönliche und berufliche Probleme

Manchmal wissen wir nicht mehr, wie unser Lebens-Weg weitergehen kann. Wir brauchen eine umfassendere Sicht, wie wir die beschwerliche Situation meistern und heilsam verändern können.

Mein Angebot umfasst den körperlichen, seelischen und geistigen Bereich - mit heilender Wirkung nach innen, ebenso wie nach außen. Lernen und lehren in der Erwachsenenbildung und im Yoga haben mir den Weg auf der seelischen und geistigen Ebene erschlossen.

“Die Seele zeigt, was hindert oder lebensfördernd ist und was in Heilung gehen möchte“.

Eine ganzheitliche Sichtweise, basierend auf längerjähriger Beratungs-Erfahrung steht zur Verfügung.

Ich habe in der Beratung vielen Menschen geholfen, ihr gesundes Potential zu finden, und ihren Weg zu gehen.