



*Du kannst vieles beobachten,
indem du einfach nur hinschaust.*

- Yogi Berra, Baseballspieler der New York Yankees -

ARBEITSWEISE

- Für mich steht der Mensch mit seinem einzigartigen Lebensweg im Mittelpunkt.
- Ich verstehe mich als Begleiterin und stelle meine Berufs- und Lebenserfahrung zur Verfügung.
- Gemeinsam stellen wir die Themen in einen systemischen Zusammenhang. Menschen sind Kontextwesen und passen ihre Verhaltensweisen der Situation entsprechend an.
- Coaching bedeutet Zeit zur Reflexion, Wertschätzung des Erreichten und Unterstützung der persönlichen Weiterentwicklung. Das darf auch mal unangenehm sein.
- In der Begleitung von Teams stehen für mich situationsbezogene Formate im Vordergrund.
- In der Mediation ist mir eine wertebasierte Arbeit mit den Parteien sehr wichtig.

Auf den Punkt gebracht: Feinsinnig im Gespür für die relevanten Themen, kontaktvoll und lebendig im Austausch sowie unterstützend, das neu Entdeckte ins Leben zu bringen.

THEMENFOKUS

- Coaching von Führungskräften (neu in Führung, Führungswechsel, Führungsfeedback)
- Begleitung von Teams im Change Prozess mit Blick auf Ressourcen und Resilienz
- Persönliches Ressourcen- und Entwicklungs- Coaching, Begleitung an Scheidepunkten
- Selbst- /Stress-/Konfliktmanagement; Resilienz
- Mediation
- Neuroforschung und Mindfulness

ERFAHRUNGSHINTERGRUND

- seit 2017 selbständig als Coach, Trainerin, Mediatorin
- seit 2019 Trainerin für das Mindlead Institut Salzburg zum Thema Mindfulness in Organisationen
- 2004 bis 2017 interne Führungskräfteentwicklerin in der Bayerischen Landesbank hauptverantwortlich für folgende Themenschwerpunkte:
 - Programmleitung des Führungskräfteprogramms für neue Führungskräfte
 - Durchführung Assessment Center für Führungskräfte
 - Konzeption und Implementierung 360° Manager-Feedback und Begleitung der Teams
 - Bereichsbetreuung u.a. Firmenkunden, Konzernkunden, IT

QUALIFIKATIONEN

- Systemischer Coach, dvct zertifiziert; Münchner Akademie für Business Coaching; Hephaistos Akademie München
- Resilienz Coach; Dr. Tatjana Reichhart, Kitchen2Soul, München
- Zert. Trainerin für Mindfulness in Organisationen, SAM Trainerin (Salzburger Achtsamkeitsmodell); MLI Salzburg
- Mediationsausbildung; ComTeam, Tegernsee
- Hypnosystemische Weiterbildung für Coaching und Supervision; Milton Erickson Institut, Innsbruck
- Systemische Transaktionsanalyse; Dr. Hans Jellouschek; Professio Akademie
- Konfliktmanagement; Professio Akademie; Hephaistos Akademie München
- Traumasensible Weiterbildung für die Arbeit im Einzelcoaching und Gruppen, Verena König
- Kontinuierliche Weiterqualifizierung, Supervision und Coaching für meine persönliche Weiterentwicklung
- Dipl. Kauffrau (Univ.)