



Wirksam Führen. Verbunden Leben.

ARBEITSWEISE

- Für mich steht der Mensch mit seinem einzigartigen Lebensweg im Mittelpunkt. Wir arbeiten so, dass es zur Situation und dem eigenen Tempo passt.
- Ich verstehe mich als Begleiterin und stelle meine Berufs- und Lebenserfahrung zur Verfügung. Klar, zugewandt und auf Augenhöhe.
- Ich arbeite nervensystemfreundlich und polyvagal informiert. Selbstregulation, innere Klarheit und tragfähige nächste Schritte sind mein Kompass.
- Coaching ist Zeit zur Reflexion und Entwicklung. Wir würdigen das bereits Erreichte und schauen auf das, was noch im Weg steht. Das darf auch mal unbequem sein.

Auf den Punkt gebracht: Feinsinnig im Gespür für die relevanten Themen, kontaktpoll und lebendig im Austausch, unterstützend, Neues im Leben zu verankern.

FOKUS

- Führung in Übergängen: neu in der Rolle, Führungswechsel, Feedback, Change-Prozesse begleiten
- Begleitung an Scheidepunkten: Klarheit gewinnen, Entscheidungen treffen, nächste Schritte gehen
- Stress- und Konfliktkompetenz: eigene Muster erkennen, Konflikte moderieren, Beziehung gestalten
- Nervensystemfreundliche (Selbst-)Führung: reguliert bleiben, Grenzen setzen, Handlungsfähigkeit im Alltag erhöhen

ERFAHRUNGSHINTERGRUND

- Seit 2017 selbständig als Coach, Trainerin, Mediatorin
- 2004 bis 2017 interne Führungskräfteentwicklerin in der Bayerischen Landesbank, hauptverantwortlich u. a. für folgende Themenschwerpunkte:
 - Programmleitung des Führungskräfteprogramms: Führen in der BayernLB
 - Durchführung Assessment Center für Führungskräfte
 - Konzeption & Implementierung 360° Manager-Feedback, international und Begleitung der Teams
 - Coaching und Teamentwicklung auf allen Führungs-Ebenen

QUALIFIKATIONEN

- Systemischer Business-Coach, dvct zertifiziert
Münchner Akademie für Business Coaching & Hephaistos, Coachingzentrum München; Klaus Eidenschink
- Polyvagal informierter Coach; PVA/PVI nach Dr. Stephen Porges
- Resilienz Coach; Kitchen2Soul, München; Dr. Tatjana Reichart;
- Traumamasensibler Coach; Neurosystemische Integration; Verena König
- Kontinuierliche Weiterqualifizierung, Supervision und Coaching
- Dipl. Kauffrau (Univ.)



Ich freue mich auf ein Kennenlernen.