

Geschäftsadresse



10439 Berlin
DEUTSCHLAND

Mobil +49 173 8233211

Arbeitsprachen

Deutsch
Englisch
Französisch

Branchen

Smart Business, Selbstständige
Gesundheitswesen, Bio-Unternehmen
IT, Marketing, PR und Design-Agenturen
Recruiting
Soziale Arbeit

Beratungsanliegen

Digitale Transformation
Führung/Management
Karriere/ Standortbestimmung
Konfliktmanagement, Stressmanagement
Personalentwicklung, Teamentwicklung

Über mich

Nach 15 Jahren kreativer Arbeit in Agenturen suchte ich nach einer Arbeit mit Menschen, mein Interesse für Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung wurde zum Beruf. Diverse Ausbildungen in Transaktionsanalyse, Systemischem Innovations-Coaching u.a. mündeten in einer 3-jährigen Ausbildung zur Supervisorin (Holtmann-Scheuermann): das Plus an Reflexionsmöglichkeiten über die Berufsrolle, die Integration von Burnout-, Atem- und Transformationsarbeit erweiterten meine Reichweite für Einzelne und Organisationen. Meine Leadership Konzepte haben all dies und das Konzept der Emotionalen Intelligenz nach Daniel Goleman aufgenommen. Für den Umgang mit Bedürfnissen und Gefühlen biete ich auf Wunsch körperorientierte Ansätze wie das psychologisch fundierte 'Selbstmitgefühl' nach Kristin Neff/Chris Germer an.

Beraterische Weiterbildung

Journalistik Studium Hamburg, Texterin und Konzeptionerin
Transaktionsanalyse, Innovations-Coaching, Life-Coaching
Supervisorin DGSv
Burnout Prävention, Atem-Coach, Self-Compassion MSC
in eigener Praxis seit 2005 tätig als Speaker, Supervisorin und Coach

Mein Beratungskonzept

Persönlichkeitsentwicklung
Selbstwahrnehmung, Selbstregulation, Empathie, soziale Fähigkeiten
Selbstführung und Führung
Erlernen einer Emotionalen Balance, Umgang mit Stress und destruktiven Gefühlen

Meine Qualitätssicherung

DGSv zertifiziert als Supervisorin
DGTA zertifizierter Coach
Assoziiert mit Zukunftsinstitut-Workshop, Frankfurt
Regelmäßige eigene Weiterbildung