



# With Ease

## ABOUT ME



*Oft werde ich gefragt:  
Wie bist Du zum Coaching gekommen?*

*Nach 15 Jahren in Kreativ-Agenturen wurden Mitgefühl und Intuition wichtige Qualitäten für mich. So landete ich bei einer Mentorin, im Coaching. Zehn Sitzungen weiter legte ich alle Optionen, die wir durchgespielt hatten, beiseite, und plötzlich wurde mir klar: ich möchte das machen, was sie machte! Zwischen diesem Moment und heute liegen etwa 6 Ausbildungen und 15 Jahre angewandtes Coaching.*

## Über mich

Als Journalistin mit einem Diplom in der Tasche ging es schwungvoll in die Welt des Wording und Branding. 15 Jahre später verwandelte sich mein persönliches Interesse für Persönlichkeitsentwicklung in einen neuen Beruf. Ausbildungen in Transaktionsanalyse, Innovations-Coaching, Life-Coaching und Supervision berührten immer wieder die Frage: wie geht Führung? Heute begeistere ich Menschen für ‚Emotionalen Intelligenz‘ (Daniel Goleman) und mehr ‚Selbstmitgefühl‘ (Kristin Neff, Chris Germer) und für eine authentische (Selbst-) Führung.

## Meine Beratungsthemen

Persönlichkeitsentwicklung, Selbstführung, Authentische Führung  
Emotionale Intelligenz, u.a. Selbstwahrnehmung, Empathie, Beziehungsmanagement, Einfluss, Inspiration. Umgang mit Stress, (vermeintlichem) Versagen, schwierigen Situationen

## Meine Idee von Leadership

Authentic Leadership kann beides: innen für gute Stimmung sorgen und außen gute Umsätze generieren. Dazu braucht es empathische Führungs-Persönlichkeiten, die in der Lage sind, sich in andere hin einzufühlen, und auch die Zahlen im Kopf zu haben. Für Unternehmen wird es Zeit, Räume für selbstbestimmte Mitarbeiter zu schaffen. Ich glaube, dass HR als 'empathic influencer' und die Business Leader eines Unternehmens dazu aufgerufen sind, diese Transformation gemeinsam anzustoßen und zu begleiten.

## Meine Qualitätssicherung

DGSv zertifiziert als Supervisorin  
DGTA zertifizierter Coach  
zertifizierter Innovations-Coach (Uni Augsburg)  
zertifizierter Life Coach (Bock-Akademie)  
Autorin für Süddeutsche, Page, Gründerszene