

Geschäftsadresse



10439 Berlin
DEUTSCHLAND

Mobil 0173/8233211

Arbeitsprachen

Deutsch
Englisch
Französisch
Italienisch

Branchen

Beratung und Consulting
Gesundheitswesen
IT, Internet, Telekommunikation
Marketing, PR und Design
Soziale Arbeit

Beratungsanliegen

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

Meine Vita

Nach 15 Jahren kreativer Arbeit in Agenturen suchte ich nach einer Arbeit mit Menschen und 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 Teamentwicklung und dem Umgang mit destruktiven Einflüssen gefiel mir. Heute reichere ich meine Arbeit mit weiteren Elementen z.B. aus der Emotionalen Intelligenz nach Daniel Goleman und mit der Stärkung des eigenen 'Selbstmitgefühl' nach Neff/Germer an.

Meine Qualifikation

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

Meine Arbeitsschwerpunkte

Persönlichkeitsentwicklung
Umgang mit Schwächen, Stress, Wachstum
Selbstwahrnehmung, Selbstregulation, Empathie, soziale Fähigkeiten
Selbstführung und Führung

Meine Qualitätssicherung

DGSv zertifiziert als Supervisorin
DGTA zertifizierter Coach
Quellenangaben zu allen Materialien und Modellen
Wissenschaftliche Untersuchungen u.a. Center for Self Compassion nach Kristin Neff