



Coach, Autorin

> 5 Jahre Systemische Business / Team Coach

> 20 Jahre MA*in und Führungskraft in internationalen Konzernen (Einkauf, Vertrieb, IT-Projekte, Change Prozesse, Interessenvertretung im Konzernsprecherausschuss)

> 30 Jahre Achtsamkeitspraxis

Systemische Business Coach (dvct)

Mentorcoach, Systemische Team Coach (Calumis Akademie), Team Leadership (forumkonzepte)

Diplom Volkswirtin (Schwerpunkt Finanzwissenschaft, Energiewirtschaft)

Erfahrung

- Langjährige Führungserfahrung im Vertrieb eines internationalen DAX-Konzerns (Verhandlungsführung, Kundenbindung)
- Gestärkt aus Krisen hervorgehen durch Coaching, Resilienz stärken
- Ausbildung von Coaches an der Calumis Akademie
- Autorin „Stressfrei leben – Schmerzfrei leben“, Meyer&Meyer 2020. Mit Achtsamkeit, Selbstcoaching und Körperübungen zu einem stressfreieren Leben
- langjährige Erfahrung in körperorientierter Achtsamkeitspraxis (Klangmassagepraktikerin, Meditation, Dt. Meisterin chin. Kampfkunst)

Kompetenzfelder

- Verständliche Vermittlung komplizierter Inhalte
- Nutzung bestehender Ressourcen, des Pudels Kern finden, weiterführende Fragen stellen
- Wertschätzende Kommunikation, Konfliktmanagement
- gesunde Selbst- und Teamführung, Führung auf Augenhöhe, Verhandlungsführung,
- Entwicklung von Coachingmethoden (Omnifokales Coaching, Soul Story, Regenbogen des Lebens)
- Aspekte von Körper, Seele und Geist für ein gelungenes Veränderungsmanagement nutzen

Referenzen

- U.a. Ruhrgas/E.ON/Uniper, Calumis Akademie, Diakonie Düsseldorf, St. Augustinus Gruppe, KKRN Krankenhäuser, Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein, DekoArt Handelsunternehmen, verschiedene ärztliche Gemeinschaftspraxen

Weil Deine innere
Haltung den
Unterschied macht.