



**"Zunächst die Menschen verstehen, dann die Veränderungen lösungsorientiert, tiefgreifend, nachhaltig und vertraulich anpacken."**

In diesem Sinne coache, trainiere und berate ich professionell berufliche und persönliche Veränderungs- und Lernprozesse.

In der Zusammenarbeit gehe ich wertschätzend, offen und neugierig auf Sie zu. Ich stelle Ihnen gezielte Fragen, gemeinsam finden wir in Anlehnung an Ihre Kompetenzen und Werte Lösungen, die Sie gut umsetzen werden. Dabei können Sie auf meine langjährigen Erfahrungen mit unterschiedlichen Themen, Zielgruppen und Funktionen zurückgreifen. Die Auswahl und Anwendung der Methoden, Instrumente und Maßnahmen stimme ich stets auf Ihre Anliegen und die der Gruppe oder Ihres Teams ab. Sollten diese Anliegen zu komplex sein, reduzieren wir sie auf ein handlungstaugliches Niveau. Dazu gehört auch ein qualifiziertes Feedback. Selbstverständlich sind für mich auch Vertraulichkeit sowie eine Win-Win-Ethik.

## **Hier eine Auswahl erfolgreich durchgeführter Coachings, Trainings und Beratungen**

### **Coachings**

- Vorbereitung und Begleitung der Übernahme von Führungsverantwortung
- Situatives Coaching im Führungsalltag
- Karriereberatung und berufliche Perspektiventwicklung
- Konfliktmanagement
- Zeit- und Selbstmanagement

### **Trainings**

- Führungskompetenz entwickeln
- Teams erfolgreich führen
- Mitarbeiter- und Beurteilungsgespräche zielorientiert führen
- Perspektive Führung?! - Reflexion der Anforderungen und Entscheidungsfindung
- Überzeugend im Bewerbungsgespräch
- Zeit- und Selbstmanagement
- Konfliktmanagement
- Werkzeugkasten der Kommunikation
- Wirkungsvolle Instrumente für Ausbilder

### **Beratungen**

- Aufbau strategischer Personalentwicklung in kleinen und mittelständischen Unternehmen  
Referenzprojekt: [www.bwh-hamburg.de](http://www.bwh-hamburg.de)
- Konzeption und Einführung von Entwicklungsprogrammen für Führungs- und Nachwuchskräfte
- Konzeption und Einführung von Personalinstrumenten
- Moderation von Workshops:  
Feedback für Führungskräfte, Kickoff - Veranstaltungen, Zusammenarbeit im Team, Konfliktklärung, Team- und Strategieentwicklung, Kollegiale Beratung von Praxissituationen

## Wesentliche Stationen meines Werdegangs

### Beruflich

- Über 20 Jahre Mitarbeiterin bei OTTO (GmbH & Co KG):  
Zum Einstieg zunächst projektbezogen im Vertrieb und im Einkauf, anschließend langjährig in der Aus- und Weiterbildung
- Seit mehreren Jahren freiberuflich tätig als Coach, Trainerin und Beraterin in Profit- und Non-Profitorganisationen unterschiedlicher Größe und Branchen
- Dozentin an der [Hamburg School of Business Administration \(HSBA\)](#), der [Europa-Universität Flensburg](#) und der Christian-Albrecht-Universität zu Kiel

### Aus- und Weiterbildungen

- Studium der Pädagogik und Betriebswirtschaft
- Business-Coach und NLP-Practitioner ([www.viel-coaching.de](http://www.viel-coaching.de))
- Changemanagement ([www.hkbis.de](http://www.hkbis.de))
- LIFO® - Analystin ([www.lifoproducts.de](http://www.lifoproducts.de))
- Predictive-Index (PI) – Analystin ([www.piworldwide.com](http://www.piworldwide.com))
- Autorisierte Fachberaterin im ESF-Programm unternehmensWert:Mensch ([www.unternehmens-wert-mensch.de](http://www.unternehmens-wert-mensch.de))
- Fortbildungen u. a.: Agile Methoden, Systemische Beratung, Modelle der Kommunikation, Moderationstechniken, Großgruppen-Moderation, Teamentwicklung, Gesprächsführung, Umgang mit Konflikten, Projektmanagement, HBDI®
- Regelmäßige Supervision und Fortbildung zu Coaching, Training und Organisationsentwicklung zur eigenen Qualitätssicherung
- Netzwerke zu unterschiedlichen Themen und Branchen

### Meine Stärken

- langjährige praktische Erfahrung mit unterschiedlichen Themen, Zielgruppen und Funktionen
- wertschätzende Grundhaltung
- Intuition und Einfühlungsvermögen
- zielorientierte Fragetechnik
- strukturiertes Vorgehen
- qualifiziertes Feedback und Mut, auch unangenehme Dinge anzusprechen
- Fähigkeit zur Reduktion von Komplexität (persönlich und sachlich)
- Flexibilität im Verhalten und im Einsatz von Methoden
- Verschwiegenheit

### Referenzen aus den Bereichen

- Handel
- Versicherungen
- Banken
- IT
- Personalwesen
- Verlagswesen
- Automotive
- Maschinenbau
- Schifffahrt
- Lebensmittelindustrie
- Chemische Industrie
- Verwaltungen
- Gesundheit
- Hörfunk und Fernsehen
- Entertainment
- Recht
- Beratung

und aus

Universitäten, Weiterbildungsträgern und Sportverbänden

### Veröffentlichungen (print und digital)

zu den Themen „Führung“, „Kommunikation“, „Coaching“, „Moderation“ und „Zeit- und Selbstmanagement“