



*„Jeder Mensch ist liebenswert, wenn er wirklich zu Worte kommt.“*

Hermann Hesse

Meine Arbeit und mein Verständnis als Trainerin sind geprägt von einem wertschätzenden Menschenbild, der systemischen Sichtweise und einer großen Portion Neugier. Ich bin überzeugt, dass das Erkennen und Reflektieren eigener Verhaltensmuster und zwischenmenschlicher Dynamiken die Voraussetzung für nachhaltige Veränderungen und aktive Beziehungsgestaltung ist. Über meinen beruflichen Hintergrund als Psychologin bringe ich in diesem Bereich besonders viel Erfahrung mit. Sorgfältig, interaktiv, menschen- und erlebnisorientiert gehe ich auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden an unseren Trainings ein. So möchte ich das Ausprobieren neuer Verhaltensweisen bei ihnen fördern.

#### **Trainings- und Coaching-Schwerpunkte:**

- Klärungshilfe und Mediation
- Sucht am Arbeitsplatz
- Kommunikation