

## Welche Themen und Herausforderungen eignen sich für's Coaching?

Sie nehmen in Ihrem beruflichen und privaten Leben unterschiedliche Rollen ein. Wie bleiben Sie Regisseur auf der eigenen Lebensbühne? Selbstreflexion und Selbstmanagement sind die Schlüssel. Coaching ist eine intensive Form der Selbstreflexion und des individuellen Lernens. Das neutrale Feedback im Coaching ermöglicht eine Veränderung von innen heraus - authentisch und individuell. Die eigenen Denk- und Handlungsmuster bewusst zu erforschen und besser zu verstehen eröffnet Horizonte, schärft die Wahrnehmung, steigert die Handlungsfähigkeit und das Selbstbewusstsein im wahren Sinne des Wortes: Sich-seiner-selbst-bewusst-sein.

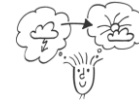
### Für folgende Themen und Anliegen ist Coaching nützlich und zielführend:

Sie möchten in Ihrer **neuen Rolle / Position mehr Sicherheit und Souveränität** bei der Erfüllung der neuen Aufgaben?



Sie möchten Ihre **Führungskompetenz weiter ausbauen** und sich zu einer **charismatischen Führungs-Persönlichkeit** entwickeln?

Sie möchten lernen, **mit Druck besser umgehen** zu können, um nachhaltig leistungsfähig zu bleiben?



Sie wünschen sich mehr Klarheit über Ihre **Bedürfnisse** und Ihre möglichen **Perspektiven im Unternehmen**?

Sie stecken in einer **schwierigen Situation** und wollen wieder Herr der Lage werden und Sicherheit gewinnen?



Sie möchten Ihre **Themen mit einem neutralen Feedbackgeber besprechen**, der Ihnen auf Augenhöhe begegnet?

Sie möchten Ihre **Teammitglieder zu mehr Mitdenken und eigenverantwortlichem Handeln ermutigen**?



Sie möchten ein **klares Profil entwickeln** und mit der „**Marke ICH**“ Ihren Kunden, Mitarbeitern und Kollegen maximale Orientierung geben?

Sie möchten mit **Gefühlen souverän umgehen** und Ihre **emotionale Intelligenz** ausbauen?



Sie möchten nachhaltig **motivieren** - sich selbst und Ihre Mitarbeiter?

Sie möchten Ihr **Selbstbewusstsein steigern** und Ihre **Facetten und Potenziale** entdecken, entfesseln und nutzen?



Sie möchten **erfolgreich entscheiden** und Ihre **Handlungsfähigkeit ausbauen**?

Sie möchten Ihre **Denkmuster durchbrechen** und **erfolgreich denken** lernen?



Sie möchten Ihre **Teufelskreise durchbrechen** und **Verhalten, Situationen und Denkweisen nachhaltig verändern**?

*Dynamik im Denken.  
Dynamik im Leben.*

## Ihre Sparringspartnerin – Renate Heiderich



Bei der Beantwortung Ihrer individuellen Fragen aus dem Business-Kontext unterstütze ich Sie – das ist meine Expertise und Leidenschaft.

Ich verstehe Business-Coaching und Facilitating als Reflexionspartnerschaft auf Augenhöhe. Sie erleben eine lösungsorientierte und empathische Sparringspartnerin mit herzlicher Hartnäckigkeit, betriebswirtschaftlichem Praxis-Know-how und Wissen um menschliche Aspekte. Und auch eine gesunde Portion „Challenging-Power“ gepaart mit Humor.

### Mein Credo

Ich bin davon überzeugt, dass jeder Mensch eine Fülle von individuellen Ressourcen besitzt. Im Laufe des Lebens kreieren diese Ressourcen aus jedem Menschen ein wertvolles Unikat. Genauso individuell und komplex sind die Aufgaben, Projekte oder Themen, die uns täglich begegnen und die wir meistern wollen. So entsteht ein Spannungsfeld aus vielfältigen Erwartungen, Interessen und Zielsetzungen, faktischen Rahmenbedingungen und verfügbaren Ressourcen.

Die bewusste und sorgfältige Reflexion dieser unterschiedlichen Facetten schärft den Blick für Optionen, Wechselwirkungen, Chancen oder Risiken und ermöglicht, eine klare Haltung zu komplexen Themen und Herausforderungen zu gewinnen. Lösungsorientierter Optimismus und der positiv kritische Blick auf die Stärken und Talente helfen, die verfügbaren Ressourcen und Potenziale in ihrer gesamten Komplexität zu erkennen, gezielt zu entfalten und wirksam zu nutzen.

So entstehen stimmige Lösungen für Entwicklung und Veränderung mit Mehrwert für alle Beteiligten

**Leitsatz** » *Problem talking creates problems. Solution talking creates solutions.* «

### Tätigkeitsschwerpunkte

- ◎ **PERSONAL BRANDING – Erfolg durch persönliches Profil (die Marke ICH)**
- ◎ **BUSINESS-COACHING – Die professionelle Persönlichkeit reflektieren und schärfen**
  - » **Führung / Leadership** – Rolle, Persönlichkeit und Führungsverhalten erfolgreich gestalten
  - » **Erfolgsdenken** – Mentale Stärke im Job gewinnen und steigern
  - » **Konflikt-Coaching / -Moderation** – Konflikte konstruktiv bewältigen
- ◎ **FACILITATION – Effektiv zusammenwirken und gemeinsam Lösungen erarbeiten**
  - » **Workshops** – Zeit und Kompetenzen qualifiziert nutzen
  - » **Dialog Konzepte** – Entwicklung begleiten und Engagement mobilisieren
- ◎ **FIT FOR FUTURE – Mit Soft-Skills persönliche Performance stärken**
  - » **Fit for Balance** – Gesunde Leistungsfähigkeit erhalten
  - » **Jonglieren lernen** – Energie und mehr für das Gehirn mit einer aktiven Pause
  - » **Klartext reden** – Schwierige Gespräche souverän meistern
  - » **Präsenz und Performance** – Mit souveräner Persönlichkeit wirken und Inhalte vermitteln
  - » **Kreativitäts-Werkstatt** – Kreativität mobilisieren und kreative Techniken im Alltag nutzen
  - » **Konflikt-Management** – Konfliktfähigkeit ausbauen und Konflikte bewältigen
  - » **Dialog-Facilitator** – Zusammenarbeit und Co-Kreation effizient gestalten
- ◎ **KEY NOTES – Denkanstöße mit Herz und Verstand, die inspirieren und bewegen**

**Formate** Einzel-Coaching, Team-Coaching, Training, Seminare, Workshop, Key Note

### Qualifikationen

- Zertifizierter Business Coach (SBC)
- Zertifizierter Coach (dvct)
- Zertifizierte Trainerin für Modernes Mental-Training (nach Dr. Irene Glöckner - Entspannungsakademie®)
- Zertifizierte REHORULI®-Trainerin - Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie
- Fortbildungen: ZRM® (Zürcher Ressourcen Modell), Dynamic Facilitation, psychologisches Enneagramm, Konflikt-Coaching / Konflikt-Moderation, lösungsorientierte Organisationsentwicklung und Change-Management, kreative Seminarmethoden
- Diplom-Kauffrau

**Sprachen** Deutsch und Englisch

*Dynamik im Denken.  
Dynamik im Leben.*