

Coaching für Privatpersonen

Persönliches Coaching

- Dein Leben nach Deinen Vorstellungen gestalten – wir entwickeln gemeinsam einen individuellen Wegeplan, finden Hindernisse und füllen Deinen „Werkzeugkasten“ mit Tools für mehr Zufriedenheit, Struktur und Work-Life-Balance.

Coming-Out-Coaching

- Speziell für Menschen des queeren Spektrums: Strategien entwickeln, um sich sicher zu outen (vor sich selbst), in Alltag und Beruf für sich einzustehen und mentale Kapazitäten zu schützen.

Workshops – Grundlagen & Spezialisierungen

Allgemeiner DE&I-Grundlagenworkshop

- Einführung in Diversity, Equity & Inclusion – für Teams, die ein gemeinsames Verständnis entwickeln wollen.

Spezialisierte Workshops z.B.

- Genderkompetenz
- Anti-Rassismus
- Sexismus-Awareness

Ziel: Sensibilisierung, Handlungskompetenz und konkrete Praxisstrategien für den Arbeitsalltag.

Beratung

Akute Konfliktberatung

- Unterstützung bei Konflikten im Team oder zwischen Einzelpersonen – kurzfristig, praxisnah und lösungsorientiert.

Mitarbeiter*innen-Sprechstunde

- Einzelpersonen im Team erhalten Unterstützung, je nach Bedarf: persönliche Beratung, Konfliktklärung oder spezifische Themen wie DE&I-Fragen

Begleitung besonderer Anlässe

- Als Trauredner*in für queere Hochzeiten/Trauungen oder als Trauerrednerin bei Beerdigungen begleite ich Menschen in bedeutsamen Momenten ihres Lebens.

