

Ursula Lauterbach



EXIST Personalstrategien Fon + 49 (0) 61 36-952 79 00 ursula.lauterbach@exist-personal.de
Niedernbergstraße 28 a Fax + 49 (0) 61 36-952 79 01 www.exist-personal.de
D-55270 Zornheim Mobil + 49 (0) 160-268 21 80

⇒ Erfahrungen

- › langjährige, freiberufliche Tätigkeit als Business-Coach mit dem Schwerpunkt der mentalen, handlungsorientierten Stärkung von Führungskräften in beruflichen Veränderungs- und Krisensituationen
- › mehrjährige Führungserfahrung als Leiterin des Bereichs Führungskräfteentwicklung in einem international operierenden Unternehmen
- › Expertise in der Entwicklung und dem Einsatz von Instrumenten zur Beurteilung persönlicher Eignung und psychischer Belastbarkeit im beruflichen Kontext
- › mehrjährige systemische Einzel- und Familienberatung als Dipl. Psychologin und Dipl. Pädagogin in eigener Praxis als Grundstein der beruflichen Laufbahn
- › Beiträge auf Kongressen und in Fachzeitschriften zum Thema „Life Balance“, „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ und „Coaching“

⇒ Arbeitsschwerpunkte

- › Life Balance – gesund und leistungsfähig bleiben in anspruchsvollen beruflichen Situationen.
- › Burn-out Prophylaxe – die Signale des Körpers wahrnehmen und die Grenzen einhalten.
- › Selbstmanagement – kraftvoll, gelassen und mit Lust am Leben den Alltag gestalten.
- › Resilienz – gestärkt aus beruflichen und privaten Krisen hervorgehen.
- › Einstellungs- und Potenzialverfahren – sich gewinnend präsentieren.
- › Empathisches Führen – die Bedürfnisstruktur der Mitarbeiter kennen und einbeziehen.

⇒ Arbeitsgrundsätze

- › Meine Grundhaltung ist geprägt von Wertschätzung und Achtsamkeit – gerade auch gegenüber dem, was meine Kunden bei sich selbst am stärksten ablehnen.
- › Mein Kunde trägt alle Ressourcen in sich, um seine Ziele zu erreichen – was vorhanden ist, will zum Einsatz kommen.
- › Mein Kunde kann viel mehr, als er meint zu können – im Zusammenspiel von wachem Verstand und kluger Intuition.
- › Meine Rolle im Coaching ist die des kundigen Navigators – den Weg zum angestrebten Ziel sicher steuernd.

⇒ Referenzunternehmen und -projekte (Auszug)

Coaching

- › Diskretion ist das oberste Gebot im Coaching. Auf Wunsch wird gern der persönliche, direkte Kontakt zu Kunden hergestellt.

Projektbeispiele (z.T. in Kooperation mit Partnern)

- › „Life Balance und Selbststeuerung“
Design und Implementierung von umsetzungsorientierten Seminarmodulen für Führungskräfte im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements
- › „Selbsteinschätzung psychischer Belastbarkeit“
Entwicklung und Einführung eines Prozesses zur Burn-out Prophylaxe mit hoher Akzeptanz bei der Zielgruppe Führungskräfte
- › „Herausforderung Demografie – gesundheitsorientiertes Führen“
Herausarbeiten der betriebsspezifischen Handlungsbedarfe zum Erhalt der physischen und psychischen Gesundheit der Mitarbeiterschaft, gemeinsam mit den Führungskräften, als unternehmensweiter Prozess.

*„Ich kann niemanden etwas lehren, ich kann ihm nur helfen,
es in sich zu entwickeln.“ (Galileo Galilei)*

Lassen Sie uns gemeinsam Ihre Ressourcen wecken!