

PROFIL SABINE MRAZEK

Sabine Mrazek

Ganzheitlicher Business Coach
Geschäftsführerin sabeconsult® Coaching
Coach Ausbilderin

Jahrgang: 1965
Coach seit: 1997

Kontaktdaten

Schwarzwaldstr. 26
65779 Kelkheim
Tel.: +49 (0) 6195 / 97 66 89
Mobil: +49 (0) 170 / 207 21 21
Email: info@sabeconsult.de
www.sabeconsult.de



Sprachen: deutsch, englisch, französisch

Schwerpunkt – Zielgruppe

- **Business Einzel Coaching: Führungskräfte Mittleres und Oberes Management / national & international**
 - Veränderung und Wachstum (in mir & Team) gesund & messbar realisieren
 - Persönlichkeitsentwicklung & Leadership – auch international
 - Loslassen und (Neu-)Orientierung bei Positions- oder Firmenwechsel
 - Wichtige Reden, Auftritte und Verhandlungen meistern
 - Frauen in Führungspositionen
 - Innere und äußere Konflikte & Krisen bewältigen
 - Umgang „Druck“ & Vorbeugung Burn Out: Raus aus dem Funktionieren
 - Mobbing und dessen Folgen (auch im ganzen Unternehmen) auflösen
- **Ganzheitliches Firmen Coaching: Klein- und mittelständische Unternehmen**
 - **Ganzheitliches Firmen Coaching:** Wachstum im ganzen Unternehmen generieren
 - **ICC Intercultural Coaching:** Zusammenarbeit internationale Teams oder / Expatriat
 - **Human Ressource Development Coaching:** Aufbau einer zukunftsorientierten Personalentwicklung
- **Gruppen- und Grossgruppen Coaching**
- **Ausbildung zum Ganzheitlichen Firmen Coach**

Qualifikationen und Berufserfahrungen

- Gutachterin Coaching für den Deutschen Verband für Coaching & Training e.V.
- Zertifizierter Coach / dvct e.V.
- Mitglied Zertifizierungskommission / dvct e.V.
- Begründerin von sabeconsult® - Coaching, der Methode für Wachstum & Erfolg
- Zertifizierte Ausdruckstherapeutin, Beth Weiner / USA
- Zertifizierte Spontanschauspielerin (Kommunikation, Improvisationstheater, Körperwahrnehmung & Ausdruck), Johannes Galli / Frankfurt
- Leadership & Change, Stephen R. Covey
- Trainerausbildung Achieve Global, Düsseldorf
- Ausbildung / Aufbaustudium Wirtschaftsassistentin, Französischwirtschaftskorrespondent
- Fortbildungen in systemischem Coaching, Psychosomatik, klassische Gesangs- u. Sprachausbildung
- Mehrjährige Erfahrungen als Veränderungscoach im internationalen Change Management Bereich (Fusionen, SAP-Implementierungen)
- bis 1997: zwölf Jahre Management- und Führungserfahrung im In- und Ausland
- 6 Jahre Führungserfahrung als Expatriat für deutschen Konzern in Afrika und Portugal; u.a. Durchführung Fusion Chemische Industrie, sowie Leitung Auslandsniederlassung

Verbandszugehörigkeiten

- Deutscher Verband für Coaching & Training e.V. (dvct)
- International Coach Federation (ICF)
- Bundesverband Mittelständischer Wirtschaft (BVMW)
- Junior Chamber International (JCI)

Selbstverständnis, Methodik und Ethik

Ganzheitliches Coaching nach sabeconsult® fußt auf dem Ansatz des Konstruktivismus und ist sowohl ganzheitlich und systemisch, als auch ziel- und ergebnisorientiert.

Zeitlich begrenzt werden Führungskräfte und ganze Unternehmen dabei unterstützt, Ihre Ziele und messbare Erfolge eigenständig zu verwirklichen. Voraussetzung für Coaching sind Eigenverantwortung, Selbststeuerungsfähigkeit, sowie eine Veränderungsabsicht. Aufbauend auf den individuellen Werten, Bedürfnissen, Zielvorstellungen und Kompetenzen des Einzelnen, wird der Klient befähigt, Einstellungs- und Verhaltensänderungen zu erzielen.

Ich arbeite methodenübergreifend nach dem 7-Phasen-Modell des Coachings (Situationsanalyse, Öffnung Handlungsrahmen, Altlastenklärung, Zielsetzung, Umsetzung, Prüfung Ökologie, Transfer). Methodisch liegt der Schwerpunkt auf der Befähigung von Menschen zur Veränderung - und zwar durch den angestrebten Zielzustand, mittels einer „gelebten Vision“. Je nach Bedarf und Situation des Klienten setze ich Fragetechniken, Modelle und erfahrungsaktivierende Interventionen aus unterschiedlichen Fachrichtungen ein; wie z.B. der Kommunikationspsychologie, Gestalt- und Ausdruckstherapie, Systemische Beratung, NLP, Improvisationstheater etc.