

„Verstehen schafft Verständnis“

Business Coach & Management Trainerin Anja Carmen Gerstenberg

Selbstverständnis

Coaching sehe ich als professionelle Begleitung auf einem Stück des beruflichen oder privaten Weges des Coachees hin zu einem klar definierten Ziel.

Dabei nutze ich als Außenstehende meine Möglichkeit, dem Coachee „Fremdenführer“ auf Augenhöhe durch sein Umfeld und seine Person zu sein, um sich seiner Selbst bewusster zu werden.

Alles, um seine Aufgaben erfolgreich zu erledigen, liegt im Coachee selbst und in seinen bisherigen Erfahrungen.

Weitere Infos unter „Coaching“ <http://gerstenberg-coaching.de/angebot/coaching/>

Schwerpunkte und Nutzen für den Coachee

Entwicklung der Persönlichkeit durch kontinuierliches Feedback und situative Interventionstechniken, um u.a. ...

- Das Sich-Selbst-Bewusstsein stärken.
- Sich der eigenen Stärken bewusst sein und wieder die „volle“ Performance einbringen.
- Hinderliche „Kisten“ aus dem Weg räumen und neue Handlungsalternativen entwickeln.
- Emotionen verstehen und managen – bei sich und anderen.
- Sich der eigenen Wirkung bewusst sein, überzeugen und gewinnen.
- Zielorientiert und empathisch kommunizieren.
- Den eigenen Führungsstil gezielt weiter entwickeln und abrunden.

Weitere Infos unter „Business-Coaching“
<http://gerstenberg-coaching.de/angebot/coaching/business-coaching/>
& unter „Entwicklung der Persönlichkeit“
<http://gerstenberg-coaching.de/angebot/coaching/einzel-coaching/>

Über mich ...

Farbenfroh statt grau

Ich mag es gerne farbenfroh und nutze kreative Herangehensweisen, wann immer diese sich sinnvoll einsetzen lassen.

Brennen

Mit meiner Begeisterung und inneren Überzeugung stecke ich andere gerne an. Mit Leidenschaft und Kreativität, Offenheit und Deutlichkeit.

Begegnung auf Augenhöhe

Ich bin geprägt von Respekt und Wertschätzung für die Andersartigkeit und die Stärken meines Gegenübers. Und fasziniert davon, wie unterschiedlich wir Menschen ticken.

Sich-Selbst-Bewusstsein

Ich sehe die innere Einstellung als Ursprung für jede persönliche Veränderung und das Sich-Selbst-Bewusstsein als die Kraft dafür.

Erleben

Ich eröffne neue Perspektiven und helfe Stolpersteine aus dem Weg zu räumen. Dabei lege ich Wert darauf, dass die gemeinsam erarbeiteten Inhalte und Methoden direkt im beruflichen oder persönlichen Alltag anwendbar sind.



Kontakt

Anja Carmen Gerstenberg
+49 179 50 83 217

ac@gerstenberg-coaching.de
www.gerstenberg-coaching.de

Büroadresse:
Atelier / CIO
Adlzreiterstr. 24
80337 München

Rechnungsadresse:
Emil-Geis-Strasse 37
81379 München

Feedback von Coachees

„Für mich war es eine lebensbereichernde Erfahrung und es hat mir sehr viel Spaß bereitet, mit Ihnen gemeinsam zu arbeiten.“

Anja L.

„Mir hat das Coaching Spaß gemacht und ich habe dabei viel über mich selbst und für mein weiteres Berufsleben gelernt. Besonders durch ihre Offenheit habe ich schnell Vertrauen zu Frau Gerstenberg gefasst.“

K.Hofmann, Projektverantwortlicher,
Knorr-Bremse AG

„Überhaupt haben unsere gemeinsamen Termine positiv zu meiner persönlichen Karriere beigetragen. Auch dafür ein herzliches Vergelt's Gott.“

A.S., Geschäftsführer

...Weiteres

Qualitätssicherung

Regelmäßige Supervision
Selbstcoaching
Regelmäßiges Coaching von / durch Kollegen

Qualifikation

emTrace® Lehrtrainerin und emTrace® Emotions-Coach
(Eilert-Akademie, Berlin)
Emotions-Coach (SBH)
Business Coach (V.I.E.L., Hamburg) (Mitglied im dvct)
NLP-Master (Trialog, Lenting) (dvnlp)
Mimikresonanz® Master Trainerin und Beraterin
(Eilert-Akademie, Berlin)
Trainerin für emotionale Kompetenz (SBH)

Weiterbildung in den Bereichen

Persönlichkeits-Audits, Rhetorik, Sprache und Körpersprache,
psychologische Beratung, Präsentieren und Moderieren sowie
Führung (insb. situative Führung)

Berufliche Stationen

1996 Einstieg als Trainee beim Süddeutschen Verlag /
Süddeutsche Zeitung, später PR-Referentin und
1999 Leiterin der Abteilung Unternehmenskommunikation.

2002 bis 2005 selbständig im Bereich Kommunikation, PR &
Eventmanagement mit späterem Schwerpunkt Assessments,
Trainings und Personalentwicklungs-Konzepte.

2005 bis 2008 zuständig (in Festanstellung) für die Beratung der
Oberen Führungskräfte der BayWa AG in
Personalentwicklungsfragen sowie verantwortlich für die
hausinternen Analyse-Instrumente (Assessments, Audits, etc.).

Seit 2009 freie Beraterin, Coach und Trainerin.

Studienabschluss

Diplom Kommunikationsdesignerin, Fakultät Augsburg

Engagement – ehrenamtlich

- Coaching für Mittelschüler, startklar-pullach.de

Feedback von Coachees

„Die kurze Intervention mit Frau Gerstenberg war das Nachhaltigste, was ich in den letzten Jahren an Weiterentwicklung gemacht habe.“

Hanns-Gunter Weber,
Ri-Solution GmbH

„Frau Gerstenberg versteht es, in faszinierender Geschwindigkeit die tatsächlich zugrundeliegenden Probleme zu erkennen, anzusprechen und gemeinsam zu lösen. Ihre charmante Art kombiniert sie mit Scharfsinn und hoher Methodenkompetenz im zielorientierten Coaching. Die vereinbarten Maßnahmen und „Hausaufgaben“ sind dank ihrer guten Vorbereitung sehr gut umzusetzen und führen Tag für Tag zu dem gewünschten Erfolg. Ein herzliches Danke!“

Melanie K.,
Trainerin und Coach