



*„ Wenn das Innere bereit ist,
kann das Äußere folgen.
Es geschieht dann wie von selbst. “*

J. W. von Goethe

Wie wäre es, wenn Sie zwischen der Arbeit ...

- ... mal raus kommen?*
- ... den Kopf wieder frei kriegen?*
- ... und dabei Ihre Themen klären?*

Klar-gehen: eine einzigartige Kombination
aus Business Coaching und Naturcoaching

Klar-gehen: eine einzigartige Kombination aus Business Coaching & Naturcoaching

Angesichts der Komplexität unserer Zeit sind Fach- und Führungskräfte mehr denn je gefordert, Entscheidungen in Unsicherheit zu treffen, neue Wege der Zusammenarbeit zu finden und dabei sich und andere in unbekanntem Übergang zu stabilisieren.

Körperliche Erfahrungen und die inspirierende Umgebung der Natur machen Emotionen sowie Unbewusstes nutzbar und ergänzen den Verstand, so dass Ergebnisse leichter tragfähig und umsetzbar werden. Durch die Verbindung von Coaching-Methoden und Naturerlebnissen, fördert **Klar-gehen** die mentale und körperliche Fitness, Eigenverantwortung und Umweltbewusstsein.

Reflexionsraum

Innehalten und Perspektiven wechseln als verantwortungsvolle Führungsroutine

Gesundheitsvorsorge

Bewegung und Kontakt zu Körper, Emotion und Natur ist Selbstfürsorge, entlastet und inspiriert

Zukunftsfähigkeit

Führungsidentität weiterentwickeln: empathisch und innovativ sinnerefüllte Wege entdecken

Wertschätzung

Rauszeit mit Begleitung zu Achtsamkeit, Selbstregulation und Wohlbefinden



Klar-gehen verbindet das volle Potenzial von Business Coaching mit der heilsamen Kraft der Natur.

„Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind.“

Albert Einstein

Mehr über meine Vorgehensweise erfahren Sie per **Telefon: 0177 9244372** oder **mail@renate-brand.de**

renate brand | coaching
| kommunikation

Klar-gehen: Schritt für Schritt zu mehr Resilienz, Balance und Führungskraft



Der Rahmen

In einem unverbindlichen Vorgespräch lernen wir uns kennen, klären initiale Zielsetzung, Erwartungen und einigen uns auf Zeitrahmen und Frequenz. 1,5 bis 2 Stunden sind gut in den Arbeitsalltag integrierbar und i. d. R. ein geeignetes Zeitfenster, um Themen zu bearbeiten.

Passende Treffpunkte in einem lokalen Wald oder Park (z. B. Nidda Volkspark Frankfurt, Hofheimer Wald, Mainzer Sand) kann ich gerne empfehlen.

Wie läuft das Coaching ab?

Beim Losgehen besprechen wir den aktuellen Fokus. Je nach Ihrer Zielsetzung kombinieren wir Dialog beim Gehen mit Symbolik aus der Natur, nutzen Landschaft und Körperwahrnehmung für neue Perspektiven und Erfahrungen. Während Sie die regenerierende Wirkung der Natur spüren und mit sich in Kontakt kommen, erweitern Sie anhand Ihrer Praxisbeispiele kontinuierlich Ihre Kommunikations- und Führungskompetenz.

Themenbeispiele

Selbststeuerung in Komplexität, Vorbereitung kritischer Gespräche, Reflexion der eigenen Wirkung, Umgang mit Spannungen im Team oder herausfordernden Stakeholdern, Entscheidung unter Unsicherheit, Vertrauen versus Kontrolle im hybriden Kontext, Kommunikation im Wandel, Visionsarbeit, Belastungen in Übergangssituationen, eigenes emotionales Gleichgewicht, frische Energie tanken etc.

Was braucht es noch?

Robustes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und die Offenheit, an sich arbeiten zu wollen. Natürlich hilft es, wenn Sie sich grundsätzlich draußen wohlfühlen und gerne bewegen. **Klar-gehen** ist aber kein Sport, sondern darf entschleunigen und entspannen. Daher habe ich immer Sitzkissen, Schreibzeug, etwas zu trinken (und Regenponchos) dabei – so sind wir auf alles gefasst, was im Prozess wichtig sein kann.

Machen Sie sich auf den Weg?

Mehr unter www.renate-brand.de/Klar-gehen

renate brand | coaching
| kommunikation

Wegbegleiterin, freiberufliche Coach und Beraterin



RENATE BRAND

Hornauer Weg 4
65830 Kriftel

Tel. 0177 92 443 72
mail@renate-brand.de
www.renate-brand.de

Persönliche Veränderung

- Klarheit in beruflichen Herausforderungen
- Vorbereitung wichtiger Gespräche
- Begleitung persönlicher Entwicklung

Organisationsveränderung

- Kulturentwicklung / Change Management
- Führung / Kommunikation in Transformation
- Team-/ Großgruppenmoderation

Aus- und Fortbildung

Diplom-Betriebswirtin (FH), Touristik/ Verkehrswesen
Systemischer Coach im Bereich Organisationen (isb)
Zertifizierter Naturcoach (André Lorino)
Professional Scrum Master I (Integrata/scrum.org)
Remote Agil Master (Team of Talents)
Gestalt-systemischer Managementcoach (gbok)
Dipl. Mentalcoach (dbakademie)
Changemanagement Advanced (Neuwaldegg)
Systemischer Coach und Prozessberater (Konzept AG)
LSG Sky Chefs CIP Trainer (LH Lean Academy)
Theorie U, Dynamic Facilitation, Hosting Transformation etc.

Beruflicher Werdegang

DAX Konzern:

Projektleitung Change Management, Interne Kommunikation, Team- und Kulturentwicklung

Unternehmensberatung:

Teamleitung Job Resource Consulting, Projektleitung, Beraterin, Business Development

Freiberufliche Marketingberaterin:

Medienkonzeption für Existenzgründer und KMU

Mittelständisches IT-Familienunternehmen:

Personalmarketing, Recruiting, Sanierungskommunikation

Non-Profit Dachorganisation:

Business Development, Direktmarketing

Agentur für Event- und Marketingservice:

Projektleitung Eventorganisation

Seminar-/Lehrtätigkeit

Pwc Deutschland People & Organisation
Hochschule Magdeburg-Stendal
CEMS – Global Alliance in Management Education
Hochschule Kempten, IHK Gießen-Friedberg
2019 ausgezeichnet mit dem Stiftungspreis für Soziales

Klar sein – klar handeln.

renate brand | coaching
| kommunikation