



„ 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 Übergängen 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](http://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](http://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