

## **Weiterbildungen**

Matrix 2 Point, Martina und Frank Klimpel, Level 1 und 2, Sommer 2021

Integrative Ausbildung nach der „Metatheorie der Veränderung“ von Klaus Eidenschink, Hephaistos Coaching Zentrum München, 2013 - 2016

Wertecoaching nach V. Frankl, 2003 - 2007\*

Possibility Manager Certification Program for Industrial Learning, Clint Callahan Corporation, Künzelsau, 2001 - 2003

Kommunikationstraining u. Persönlichkeitsentwicklung, Landmark Education, Frankfurt, 1998 - 1999

NLP-Practition und Mentaltraining, R. Nagel, Oldenburg, 1999

EKS Strategieberatung nach Wolfgang Mewes, 1998 -2001\*

Fastengruppenleitung, Ch. Michel, Kaiserslautern, 1995

Gesundheits- und Energiemanagement, Fastenbegleitung als Burn Out Prophylaxe, 1990 -1997\*

Transpersonale Psychotherapie, M. Hilf, Bad Zwischenahn, 1987 - 1990

Chakren- Meditationslehrerin, M. Hilf, Bad Zwischenahn, 1986 - 1987

(\*Zum Teil autodidaktisch)

Außerdem Retreats, Workshops, Seminare zur persönlichen Weiterbildung.

## **Berufliche Projekte**

„Fasten – dem Leben Richtung geben“

Einwöchige Seminare an acht Standorten in Deutschland, Andalusien und auf Mallorca.  
Ziele: Selbstregulation der physischen und seelisch-geistigen Dimensionen und Regeneration, Fasten als Basismethode, Bestandsaufnahme, Neuausrichtung und Work-Life-Balance auf der Basis ganzheitlicher Erkenntnisse, Energie- und Gesundheitsmanagement, Persönlichkeitsentwicklung, Potentialentfaltung, Visionsuche, Biographiearbeit, Mentaltraining, Entspannungstechniken, Meditation.

Fachberatung der 8-teiligen Fernsehreihe „Fasten und genießen lernen“ von und mit Klaus Haak, Radio Bremen Fernsehen. Konzept und Durchführung der Fernseh-Fasten-Gruppe.  
Video „Fasten“, Falkenverlag. (1999)

„Erfolg folgt“

Frauenführungskräftetraining für Unternehmerinnen und Freiberuflerinnen.  
Ziele: Vision-, Werte- und Sinnfindung als Basis für die Unternehmenskultur und unternehmerisches Entscheiden und Handeln im operativen Alltag, Work-Life-Balance und Berufung.

„Carpe Diem“

Tagesseminare mit Workshops mit 50 -100 Personen  
Mit jeweils fünf weiteren Referenten zu Themen über „Gesundheit im Berufsmarathon“, Selbstwirksamkeit und Selbstmanagement, Work-Life-Balance, Burn Out Prophylaxe ´, etc

Gesundheitsstammtisch

Der monatliche Gesundheitsstammtisch entwickelte sich auf Wunsch der Teilnehmer meiner Fastengruppen, als lebendiges selbstständiges Forum: Fachvortrag jeweils eines Referenten mit Diskussion und Dinner.