

Jennifer Fromme



Kontakt über:

KOMMA – Kompetenzzentrum für
Verwaltungs-Management

Nina Müller

Heintzestr. 13

24582 Bordesholm

Tel.: 04322 693 352

E-Mail: mueller@komma-sh.de

Training, Coaching, Mediation

Ausbildung

- Diplom-Pädagogin (Universität Hildesheim)

Berufspraxis

- seit 1996 Coach und Trainerin in psychosozialen/pädagogischen Projekten
- seit 2002 Dozentin in der Erwachsenenbildung
- 2002–2008 Führungskraft im arbeitsmarktpolitischen Bereich
- seit 2008 selbständig als Coach und Trainerin für Führungskräfte und Teams sowie seit 2011 als Mediatorin

Weiterbildungen:

- Mediatorin (Akademie von Hertel, DACH)
- NLP-Master (DVNLP)
- Sozialmanagement (IBAF)
- Heilpraktikerin Psychotherapie (Kreis Rendsburg-Eckernförde)
- Fachkraft für psychosoziale Gesundheitsförderung (AHAB Akademie)
- Betriebliche Resilienztrainerin (AHAB Akademie)
- Trainerin der Psychologischen Gesundheitsförderung durch Stressbewältigung nach Kaluza (Prof. Kaluza)
- Trainerin für Autogenes Training und für PMR (AHAB Akademie)

Themenschwerpunkte

- Führungskräfte- und Teamcoaching
- Führungskräfteentwicklung: Die (neue) Rolle als Führungskraft
- Kommunikation, Gesprächsführung (MA-Gespräche) und wertschätzender Umgang miteinander
- Stressbewältigung, Burnout-Prophylaxe, Selbstmanagement
- Förderlicher Umgang mit psychisch belasteten Mitarbeitenden/Kolleg*innen
- Konstruktiver Umgang mit Veränderungen
- Resilienztraining und -coaching

Methoden

- Systemischer Ansatz
- Moderations- und Mediationstechniken, Fragetechniken
- Visualisierung und Strategiearbeit, Mentalcoaching, NLP
- Methoden des klassischen Verhaltenstrainings
- Entspannungsverfahren

Referenzen (Auszug)

- Statistikamt Nord, Stadt Neumünster, Kreis Segeberg, Fachhochschule Westküste, Büchereizentrale Schleswig-Holstein, Stadt Geesthacht
- Einsatz im KOMMA-Seminarprogramm und im Rahmen des Bewährungsaufstieges