



## Kerstin Abrahams

Coach, Trainer, Mediator

Kerstin Abrahams stärkt.  
Buggenbeck 22  
D-45470 Mülheim an der Ruhr

Tel.: 0208/37730-92

Mobil: 0170/6678265

[willkommen@kerstinabrahams.de](mailto:willkommen@kerstinabrahams.de)

<http://www.kerstinabrahams.de>

Mitglied bei:



KERSTIN  
ABRAHAMS  
STÄRKT.

### Allgemeine Informationen

**Themenschwerpunkte:** Beschwerdemanagement, Gesundheitsmanagement, Kommunikation, Konfliktmanagement, Mitarbeitermotivation, Persönliches Auftreten, Persönlichkeitsentwicklung, Präsentation, Selbstmarketing, Soft Skills, Stressmanagement, Train-the-Trainer, Work-Life-Balance

**Geburtsjahr:** 1968

**Tätig seit:** 2001

**Sprachen:**

deutsch

### Spezielle Informationen

#### Zur Person:

Sie brauchen einen Startschuss, um die nötigen Schritte zu gehen? Dann sind Sie bei mir genau richtig. Auf Augenhöhe, empathisch und verständnisvoll erreiche ich, dass Sie an sich glauben und den Mut haben, das für Sie Richtige zu unternehmen. Das kann der Anfang einer großen Geschichte sein, es kann aber auch ein kleiner Schritt vom Zwicken zum Wohlfühlen sein. Sie finden bei mir einen geschützten Raum, um sich auszuprobieren – ohne bewertet zu werden, ohne, dass ich Leistung oder Ergebnis von Ihnen erwarte.

Eine gute Atmosphäre führt dazu, dass Sie sich etwas trauen, sich öffnen und wieder strahlen. In solch einer Atmosphäre ist Veränderung nicht schmerzhaft, weil es nicht um Fehler und Eingeständnisse geht, sondern um das persönliche Wachstum jedes einzelnen.

Ich bin ausgebildete Trainerin, Personal Coach und Speakerin mit Herz und Leidenschaft. Zu meinen Kunden gehören Privatpersonen sowie Mitarbeiter, Führungskräfte und Teams aus Unternehmen, Behörden und Institutionen.

#### Spezialgebiet:

Stressbewältigung/ Gesundheitsmanagement (Entspannungstechniken, Work-Life-Balance, Zeitmanagement, Selbstorganisation, Personal Coaching); Kommunikation und Gesprächsführung (Rhetorik, Präsentationstechniken); Konfliktmanagement und klassische Mediation, Beschwerdemanagement; Berufliche Neuorientierung (Standortbestimmung und Zieldefinition, Bewerbungstraining, Kompetenzprofilierung, Führungskräfteentwicklung); Motivationstraining, Teambuilding, Veränderungsprozessbegleitung, Ausbildung, Lern- und Kreativitätstechniken; Kompetenzförderung für beruflich engagierte Frauen; Train the Trainer.

#### Methoden:

Storytelling, Rollenspiele, Coaching, Lern- und Kreativitätstechniken

#### Zielgruppe:

Kerstin Abrahams stärkt. steht für maßgeschneiderte Seminarkonzepte, professionelle Mediation, individuelles Coaching und motivierende Impulsvorträge für Unternehmen und deren Mitarbeiter sowie Einzelpersonen.

### Qualifikationen und Referenzen

#### Weiterbildungen:

Ausbildung zur Psychologischen Beraterin/Personal Coach, Prüfung und Zertifizierung; Qualitätsgemeinschaft Coach-Ausbildung (QCA); Ausbildung zur Mediatorin (Konfliktmanagement); Ausbildung zur Seminarleiterin (Train the Trainer).

#### Berufserfahrung:

Freiberufliche Trainerin, Coach und Mediatorin; Dozentin bei diversen Weiterbildungsinstituten; Spieleentwicklerin; Mitinitiatorin und Leiterin von Projekten; Inhaberin einer Agentur für Kommunikation + Design; Langjährige Anstellung als Art Directorin bei einem e.on-Tochter-Konzern; Weitere Festanstellungen im Zeitungs- und Verlagswesen, Werbeagenturen und Produktionsbetrieben; Industriemeisterin Digital- und Printmedien mit Ausbildereignung (IHK-geprüft); Ausbildung zur Mediengestalterin.

#### Studium:

Soziale Arbeit, Universität Duisburg-Essen

#### Referenzen:

Nationale und internationale Konzerne, öffentliche Träger und Städte/Kommunen, Weiterbildungsinstitute sowie Einzelpersonen. Weitere Angaben gerne auf Anfrage oder auch unter <http://www.kerstinabrahams.de/referenzen/>