

Türöffner &amp; Lösungsbegleiterin

# Elke Kleinknecht



## b-hero für Resilienz, Konflikte und Teambuildings

Elke ist neugierig, abenteuerlustig und hat Freude dabei, Menschen in den Austausch zu bringen. Mit ihrer offenen Art unterstützt sie Führungskräfte und Mitarbeitende dabei, neue Wege zu gehen und Herausforderungen zu meistern - immer mit Blick auf Stärken und Potenziale. #Lächeln #Offenheit #Mindfulness



### Portfolio:

- Resilienz, Achtsamkeit und persönliches Stress-management ((Basis und Aufbau Workshop)
- Teamentwicklung und Team Workshops
- Mediation und Konfliktmanagement
  
- Kulturentwicklung und Culture Mapping
- Mindful (Self)-Leadership
- Mental Health und Burn-Out-Prävention
- Wertschätzende Kommunikation
- Coaching und Sparring

### Professioneller Hintergrund:

- Trainerin und Coach bei b-hero
- Resilienztrainerin und Team-Coach (Comucation)
- Selbstständige Coach, Beraterin und Teamentwicklerin
- Dozentin für Team-Management
- Trainerin für Achtsamkeit in Organisationen
- HR Business Partner (Voith)
- Führungskraft Kommunikation (Voith)
- Expertin für Unternehmenskommunikation (Voith)
- Dipl. Betriebswirtin

### Expertin für:

Systemisches Coaching, Resilienz, Stressmanagement, Achtsamkeit, Teamentwicklung, Kommunikation, Culture Mapping, Kulturentwicklung, Konfliktlösung, Teambindung, ZRM, Mindful Leadership



*Da es förderlich für die  
Gesundheit ist, habe ich  
beschlossen glücklich zu sein.  
(Voltaire)*





#### Projekte und Verantwortlichkeiten

**Seminar-Reihe: Resilienz und persönliches Stressmanagement**  
(Kompakt-, Aufbau-, Refresh-Kurse für Mitarbeitende und Führungskräfte)

**Workshop Mentale Gesundheit und Resilienz** in der Agentur-Branche: Angebot für 80 Mitarbeitende

Workshop **"Mindful Self-Leadership"**  
Offener Kurs zur Einführung in die Achtsamkeitspraxis

**Individuelle Coachings**  
insbesondere für Führung, Resilienz, Stressmanagement

**Internationaler Kulturtransformationsprozess im Großkonzern** für 250 Führungskräften

Workshops zu Burnout-Prävention, Achtsamer Kommunikation, Teamdynamiken

#### Referenzen

E.ON, Bayernwerk, Franke, Hochschule Neu Ulm, Girasole, Schwan STABILO, Telekom, VOITH, Hosokawa Alpine, netzeffekt BWI, comucation, Nikolauspflege,

#### Zertifizierungen & Weiterbildungen

**Culture Mapping Basis** (V4C und Level4Learning)

Ersthelfer für psychologische Gesundheit (MHFA 2024)

**Hypnosystemische Interventionen**  
(Gunther Schmidt / Metaforum 2024)

Arbeit mit dem Unbewussten – Körperreisen  
(Sabine Fruth/Metaforum 2023)

**Mental Health Coach**  
(Michael Klein/Metaforum 2022)

**Trainerin für Mindfulness in Organisationen**  
(Trigon / Mindlead-Institut 2021)

**Organisationsentwicklung nach Trigon und Syst®** (Trigon / Metaforum 2020)

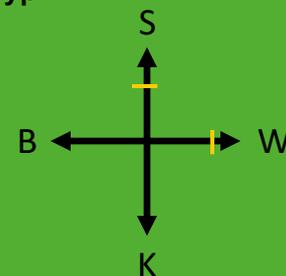
**Facilitatorin**  
(Metaforum 2019)

**Systemische Coach**  
(Akademie Susanne Weber 2017/18)

### 3 Lieblingsmodelle



### STAB\* Typ



\*STAB / SBKW

S = Schamane B = Bauer

K = Krieger W = Wirt

#### Primäre Branchen

Maschinenbau, Kosmetik, Lebensmittelindustrie, PR, Beratung, IT, Marketing & Werbung, Erwachsenenbildung, Beratung, Gesundheitswesen

#### Aktuelle Arbeitsschwerpunkte

Mindful (Self-) Leadership Trainings für Führungskräfte und Mitarbeitende, Teambegleitung Start-up im Wachstum, Teamentwicklungen, Einzelcoachings Führungskräfte, Culture Mapping

#### Kunden- und Kollegenstimmen

Mit ihrer lockeren, empathischen und fürsorglichen Art schafft Elke eine Atmosphäre, in der sich alle Teilnehmenden wohl und abgeholt fühlen. Ihre Unterstützung und Impulse haben uns sehr dabei geholfen, die Kommunikation im Team nachhaltig zu verbessern und neue Arbeitsmodelle einzuführen. Ohne Elke wären wir nicht da, wo wir heute sind! (M. Frühe, Geschäftsführerin, Girasole PR)

Der Workshop war herausragend gut. Mit Elke und in der kleinen Runde war das einfach richtig wohltuend und informativ. Gerne mehr davon! Das ist Selfcare und macht was mit einem. Großes Lob nochmal speziell an Elke, die macht das einfach richtig gut.

Wachstum gestalten. Gemeinsam.