

Beziehungsprofi & Augenöffnerin

Elke Schulmeister



b-hero für Resilienz, Achtsamkeit und Burnout

Mit einem wissenschaftlichen Hintergrund in der IT und der Psychologie, sowie viel praktischer Erfahrung ist Elke die optimale Begleitung um das „Miteinander und Füreinander“ in Unternehmen zu stärken. Nicht nur als Burnout-Prophylaxe. #klar #fundiert #empathisch #inspirierend

Portfolio:

- Resilienz und. Stressmanagement, Burnout Prophylaxe
- Kommunikationsworkshops für Teams Fokus „Miteinander & Füreinander“
- Kommunikationsbegleitung für Führungskräfte
- Gesunde Führung für Führungskräfte
- Impulsvorträge
- Einzel- und Teamcoachings
- Workshops für Teams und Führungskräfte
- Retreats u. Seminare (z.Bsp Achtsamkeit im Business)

Expertin für:

Achtsamkeit, Mentale Gesundheit, Resilienz, Stress-Prävention, „Burnout-Prophylaxe, Kommunikation, Psychologische Sicherheit und Bindung in Teams, Moderation von Großveranstaltungen“, Impulsvorträge, Wertebasierte Lebensführung, ZEN-Meditation, gedeihliche Beziehungen

Professioneller Hintergrund:

- Keynote Speakerin
- Expertin für Mentoring, Teambegleitung und Burnout
- Business Coach und FK-Begleiterin
- Hands On Arbeit im Gesundheitswesen, insbes. Pflegeeinrichtungen und Kliniken
- Therapeutische Arbeit seit 30 Jahren, psychologische Privatpraxis in Bühl
- 10 Jahre therapeutische Arbeit in einer psychosomatischen Privatklinik
- Studium Psychologie, Uni Heidelberg (6 j.), Diplom, Vertiefung: Gesundheitspsychologie, A&O Psychologie
- Studium Informatik, Uni Kaiserslautern (6 J.) Diplom



**„Was Du denkst, bist Du.
Was Du bist, strahlst Du aus.
Was Du ausstrahlst, ziehst Du an.“**

Buddha





Projekte und Verantwortlichkeiten

Führungskräfte-Mentoring (Einzelcoaching) zu Führungsrolle, Souveräne Selbstführung und Resilienz

Führungskräfteworkshops zu **gesunder Führung**, gelingendes Miteinander (Führen mit Herz und Verstand)

Team-Coachings in Pflegeeinrichtungen und Kliniken

Projekte und Programme zu Sinn, Erfüllung, **mentaler Gesundheit** und **Burnoutprävention**

Referenzen

Klinik am Leisberg Baden Baden, Stadtklinik Baden Baden, Pallium Bühl, Pflegeheime (Curatio, Augustinus), mittelständische Unternehmen (z. Bsp. Peters gute Backstube), Stadt Bühl

Zertifizierungen & Weiterbildungen

Therapeutische Ausbildungen:

- personale Leibtherapie (AFA Diplom)
- **Hakomi®** - tiefenpsychologisch fundierte, körperorientierte Psychotherapie,
- **Traumatherapie** (PITT nach L. Reddemann)

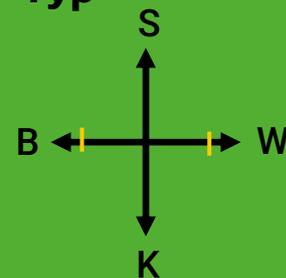
Psychoonkologin (DKG)

Diplom Systemischer Leadership Coach & Trainerin (CTAS/ISO/ICF) nach dem St. Galler Coaching Modell (SCM), absolviert an der St- Galler Coach und Trainer Akademie Schweiz

3 Lieblingsmodelle



STAB* Typ



*STAB / SBKW

S = Schamane B = Bauer

K = Krieger W = Wirt

Primäre Branchen

Gesundheitswesen (Kliniken, MVZ, Pflegeeinrichtungen), IT, Bau, Automotive, Nahrungsmittel, Unternehmensberatung, Handwerk

Aktuelle Arbeitsschwerpunkte

Gesundheitsvorsorge in Unternehmen, Gesunde Führung, Kommunikation, Resilienz, Stärkung der Psychologischen Sicherheit im Business Kontext, Burnout-Prävention

Kunden- und Kollegenstimmen

Wer wirklich etwas verändern will in seinem Leben, ist bei Elke Schulmeister gut aufgehoben. Denn mit Elkes Hilfe verändert sich wirklich etwas. Wirksam. Heilsam. Erfrischend.

Meine Kolleginnen waren allesamt sehr begeistert von diesem Nachmittag. Du hast uns viele Denkanstöße gegeben, uns aber auch in unserem Tun gestärkt. Das war genau das, was wir gebraucht haben. Vielen Dank!

Ein aufschlussreicher Kommunikationsworkshop mit viel Selbsterfahrung. Besonders gut hat mir der „rote Faden“ gefallen, der sich an den individuellen Bedürfnissen der Teilnehmenden orientiert und sich durch den ganzen Workshop gezogen hat.

Wachstum gestalten. Gemeinsam.

Kontaktieren Sie uns gerne:

info@b-hero.de
Tel.: +49 151/ 4051 8340
www.b-hero.de

**Authentisch.
Mutig.
Klar.**