Christina Frädrich
Trainerin, Coach
Tel. +49 175 52 73 112
info@christina-fraedrich.com

— Veränderung durch neue Sichtweisen —

Was biete ich?

- Konfliktmanagement
- Besonderheiten von Introversion und Extraversion
- Persönliches Wachstum

Wobei hilft es Ihnen?

- Ein gutes und produktives Miteinander im Team
- Neue Sichtweisen und dadurch neue Ergebnisse
- Endlich Nichtraucher sein und bleiben
- Konflikte besser verstehen und meistern

Warum ich?

- Seit 2005 Erfahrungen als Trainerin und Beraterin
- Durch meine flexible und lösungsorientierte Art schaffe ich neue Denkansätze

Qualifikationen

- Psychologische Beraterin
- Trainerin
- Systematischer Coach
- Systematische Beratung
- Management Training
- Grundlagen der Transaktionsanalyse

Kernkompetenzen

- Hohes Maß an Empathie
- Lösungsorientiert
- Flexibel
- Trainer
- Speaker

Motivation

Mich fasziniert es immer wieder mit den unterschiedlichsten Menschen zusammen zu arbeiten und sie in ihrer eigenen Persönlichkeit ein Stück weiter bringen zu dürfen. Sei es im privaten oder beruflichen Kontext.
Nur wer sich selber kennt und sich die Möglichkeit gibt weiter kennen zu lernen, wird ein erfolgreiches Leben führen.

Wie unterstütze ich Sie?

1. Training

Was den einen stresst und en anderen (fast) langweilt

Lernen Sie die Unterschiede von Introversion und Extraversion kennen. Welche Besonderheiten gibt es und wie gehe ich damit um? Wie hilft es mir persönlich und im Team? Für ein gutes und produktiveres Miteinander.

Kollegiale Beratung und mehr

Eine besondere Fragestellung, ein Konflikt, eine Herausforderung und Sie kommen nicht weiter? Sie haben schon alles versucht und haben das Gefühl in einer Sackgasse zu stecken?
In diesem Training lernen Sie Methoden kennen, die Ihnen helfen werden zu anderen Ergebnissen und Sichtweisen zu kommen.

Konfliktmanagement und Perspektivenwechsel (2 Tage)

Wir brauchen Konflikte um weiter voran zu kommen, sagen die einen. Wie kennen viele Konfliktfallen und tun alles dafür, diese im Vorhinein zu klären, sagen andere.
Was ist ein Konflikt, wie nehmen wir Konflikte auf und woher kommen sie? Welche Stufen von Konflikten gibt es und wie können wir mit Perspektivenwechsel besser auf Menschen eingehen?

Nichtraucherseminar

Sie haben wieder Lust auf ein leben ohne Zigarette? Freuen Sie sich auf ein spannendes Seminar und werfen Sie danach einfach Ihre Zigaretten weg. Mehr Infos unter: https://www.nichtraucher-in-5-stunden.de

2. Systematische Beratung/ Businesscoaching

Bei manschen persönlichen oder beruflichen Herausforderungen lohnt es sich genauer hinzusehen. Individuell und persönlich. In meinen Beratungen und Coachings arbeite ich lösungs- und ressourcenorientiert und helfen so Menschen ihren Blick auf Möglichkeiten zu richten, um dadurch zu anderen Lösungen zu kommen.

www.christina-fraedrich.com Xing +49 175 52 73 112 info@christina-fraedrich.com