

## Christa Eversmeyer

Berlin

Expertin für die Gestaltung eines wertschätzenden Betriebsklimas durch achtsamen Umgang miteinander – Damit alle gerne zur Arbeit gehen.

»Potentiale in Teams entdecken – Sie haben eine große Transformationskraft.«



### Ausbildung / Qualifikationen

- Studium der Sozialarbeit/Sozialpädagogik (Diplom Sozialpädagogin), FH Berlin
- Studium Kommunikationswissenschaften, Schwerpunkt Weiterbildungsmanagement, TU Berlin
- Masterstudiengang „Biografisches und Kreatives Schreiben“, Master of Art (M.A.), ASH Berlin
- Coachingausbildung und Zertifizierung “Emotional intelligent coachen”, Dietz Training, München
- Akkreditierung Insights Discovery, MBTI, GPOP, BIP, ZRM
- Systemische Organisationsaufstellungen, WISL-Walldorf, Dr. Gunthard Weber
- Zertifizierte Achtsamkeitstrainerin, BPT Berlin
- Mitglied im DBVC, BDVT, Trainertreffen Hannover, WERTE-Netzwerk

### Berufserfahrung

seit 1992 selbständige Businesstrainerin und Certified Business-Coach (DBVC)

10 Jahre Sales Managerin (Versicherungsbranche)

5 Jahre Sozialpädagogin

### Arbeitsschwerpunkte

- Konzeption und Durchführung von Trainings/Workshops/Coachings für Führungskräfte und Mitarbeitende zur Teamperformance, Teamentwicklung, Persönlichkeitsentwicklung, Kommunikation, Präsenz
- Coaching von High Potentials und Führungskräften - persönliche Exzellenz, Potentialanalyse
- Mindfulness/Empowerment und Achtsamkeits-Meditation
- Erweiterung der Kompetenzen und des Verhaltensrepertoires zur Bewältigung alltäglicher Herausforderungen (Selbstwirksamkeitsstrategien, Resilienz, Burnout-Prävention, Selbstmotivation)

### Mindfulness Praxis

seit 2009 Tägliche Vipassana Meditation und jährliches 10 Tage Vipassana Schweige-Retreat

Vertiefung der Meditationspraxis durch längere Aufenthalte in USA, Indien, Nepal und Myanmar