



Dr. Sabine Puhl

Coaching, Beratung & Training

Dr. Sabine Puhl

Alt-Niederkassel 112

40547 Düsseldorf

0173 / 2029719

www.sabine-puhl.de

Coaching

- Persönlichkeitsentwicklung
 - ✓ Rollenklärung & Ressourcenstärkung
 - ✓ Ausbau von Kommunikationskompetenzen
 - ✓ Umgang mit Konflikten
 - ✓ Stärken der Selbstwahrnehmung und Blind-Spot-Checks
 - ✓ Bewältigung persönlicher Krisen
- Notfall-Coaching in Akutsituationen

Trainingsschwerpunkte

- Kommunikation sensibler Themen
- Resilienz und mentale Gesundheit
- Psychische Belastungen am Arbeitsplatz
- Trauer und Verlust

Beratung & Support

Bei der Planung, Durchführung und Evaluation von Gefährdungsbeurteilungen psychischer Belastungen am Arbeitsplatz.

Erfahrungen

- > 20 Jahre als Coachin + Trainerin
- 7 Jahre in Forschung & Lehre
- 6 Jahre in internationalen Unternehmen

Ausbildungen

- Systemisches Coaching und Changemanagement
- Systemische Beratung & Therapie
- Systemische und hypnosystemische Trauerarbeit
- NLP Practitioner & Master
- Motivational Interviewing
- Promotion Sportwissenschaft (Sportmedizin / -psychologie)