



**VERSTEHEN.  
GESTALTEN.  
WACHSEN.**

## **ANGEBOTE FÜR EINZELPERSONEN**



**ROMY MÖLLER**  
COACHING & INNOVATION

[www.romymoeller.com](http://www.romymoeller.com)  
[kontakt@romymoeller.com](mailto:kontakt@romymoeller.com)  
0151 14386204

## Über mich & meine Vision

**Durch ein  
gestärktes ICH –  
gemeinsam  
Visionen gestalten  
und wachsen**

Ich bin davon überzeugt, dass es eine Arbeits- und Schulwelt geben kann, die von Wertschätzung und Leidenschaft geprägt ist. Eine Welt, wo jeder Einzelne seine Potentiale und Stärken einbringen und seine Selbstwirksamkeit erleben kann; wo wir gemeinsam Entwicklung und Erfolg gestalten und über uns hinauswachsen können.

Ich glaube, dass wir alle dafür Verantwortung übernehmen und mit unserem Tun einen Unterschied machen können.

## Meine Angebote - Einzelcoaching

**Ganzheitliches  
Coaching für  
Klarheit, Stärke  
und Potential –  
selbstwirksam  
leben**

### **VERSTEHEN**

Finde für dich Klarheit. Sie ermöglicht dir, Themen zu ordnen, Muster zu erkennen und Ziele zu hinterfragen. Mit ihr kannst du Altes loslassen und den Blick auf die Zukunft richten. Sie schenkt dir Orientierung.

### **GESTALTEN**

Nutze deine Stärken, deine Ressourcen und deine Leidenschaft, um eigene Visionen zu gestalten. Definiere für dich Werte und Leitbilder, die zum Leuchtfeuer für die Zukunft werden, so dass du mutig Veränderungen angehst.

### **WACHSEN**

Erlebe Sinn und die ersten Erfolge in deinem Handeln, so dass du in deinen Potenzialen und Talenten über dich hinauswächst. Dies gibt dir Energie, um deine Träume zu verwirklichen – hin zu deinem selbstwirksamen Leben.



### **FÜR EIN GESTÄRKTES „ICH“ UND DEIN LEBEN**

Als Coach gebe ich dir den Raum, damit du für dich deinen eigenen, authentischen Weg finden kannst. Gemeinsam beschäftigen wir uns mit deinen Themen - Fragen, Emotionen und Herausforderungen – um für dich persönlich die passende Antwort zu finden.

### **Mögliche Themen:**

Stärkung des eigenen „ICH“, Visionsarbeit und Ziele, Berufliche Orientierung und Entwicklung (auch als Kompaktcoaching möglich), Private und berufliche Herausforderungen angehen, Klärung innerer und äußerer Konflikte, Veränderungen meistern

## Einzelcoaching – der Prozess

Auch online  
möglich

Ganz zum Anfang schauen wir, wo du gerade stehst und welche Bedürfnisse du hast. Ich richte daraufhin das Coaching individuell aus, so dass wir uns in kleinen und effektiven Schritten deinem persönlichen Ziel nähern. Am Ende des Coachings hast du die für dich wichtigen Fragen geklärt und kannst mit Klarheit dein Leben nach deinen Wünschen ausrichten. Du weißt, wie du Überzeugungen und Gedanken für dich bewusst einsetzt, um auf deine Ressourcen und Potenziale zurückzugreifen. Der neu gewonnene Fokus schenkt dir Energie und Lebensfreude, so dass du deine Ziele und Wünsche erreichst.

### Erstgespräch

Gemeinsam besprechen wir deine momentane Situation und dein Ziel, um zu klären, ob ich dich als Coach begleiten kann.

### Prozess

Nach der genauen Standortanalyse steigen wir sofort in den Coaching-Prozess ein. Während des Coachings erhältst du ggf. für dich passende Aufgaben zur Vorbereitung der einzelnen Termine. Nach dem Coaching erhältst du von mir ein Protokoll, damit du deine Erkenntnisse noch einmal in Ruhe reflektieren kannst.

In der Regel dauern die Coaching Sessions ungefähr 90 Minuten. Es besteht auch die Möglichkeit, längere Treffen oder ein Kompakt-Coaching zu vereinbaren.

### Reflexion

Um dich bei deinen Zielen bestmöglich zu unterstützen, erhältst du ca. 4 Wochen nach dem letzten Coaching eine vor dir selbstgeschriebene Karte. Zudem besprechen wir ein paar Monate später in einem 30minütigen Telefonat deine bisherigen Veränderungen.

## Coaching Pakete

Ein persönliches Coaching ist ein intensiver Prozess. Es braucht Zeit, Mut und Commitment, um Veränderungen auf allen Ebenen zu erreichen.

Deshalb biete ich dir verschiedene Pakete - zwei, drei oder sechs Monate - für die gemeinsame Zusammenarbeit an, um tiefe und nachhaltige Veränderungen in deinem Leben zu bewirken. Genaue Informationen dazu findest du auf meiner Website. Ich führe auch **geförderte AVGS-Coachings** durch. Melde dich bei mir.

## Meine Angebote – Soul Journey

Hast du das Gefühl, dass du im Alltag manchmal in einem Sturm gefangen bist?  
Glaubst du, dass du all den Anforderungen und Erwartungen nicht mehr gerecht wirst?  
Sehnst du dich nach mehr Ruhe, Klarheit und Orientierung in deinem Leben?  
Fehlt dir im Alltag die Ruhe und die Energie, um Veränderungen anzugehen?  
Möchtest du wieder deinen Kompass im Leben neu ausrichten?

Ich lade dich vom **22.10. - 25.10.2020** ein, in einer wundervollen Umgebung Zeit zu verbringen. Ich schaffe für dich einen Raum, in dem du die Ruhe und Atmosphäre findest, mit Gleichgesinnten zu reflektieren und Energie zu schöpfen.  
Freue dich auf Impulse und Inspiration, um selbstbewusst und gestärkt zu handeln.



### Finde für dich Ruhe

Gönne dir abseits vom Trubel Zeit, um für dich zur Ruhe zu kommen: Worüber wolltest du schon lange mal nachdenken? Wofür wolltest du dir mal Zeit nehmen?  
Komme bei dir an, atme durch und genieße den Moment für dich – ganz ohne Erwartungen, ganz ohne Aufgaben.

### Finde für dich Klarheit

Starte damit, dir bewusst zu werden, wo du gerade stehst und was dich bisher geprägt hat: Wie geht es dir gerade? Was hast du schon alles gemeistert? Worauf kannst du zurückgreifen?  
Schaue auf dein Leben zurück und erkenne für dich die Wellen, die dich tragen.

### Finde für dich Orientierung

Schaffe für dich eine Orientierung, wohin dich die Wellen des Lebens tragen sollen: Was ist dir eigentlich wichtig? Welche Werte leiten dich? Was macht dich glücklich? Gib deinen Bedürfnissen und Wünschen Raum, um dein Leben danach auszurichten.

### Finde für dich Energie

Sammele für dich die Energie, die du braucht, um neue Routinen und Veränderungen in deinem Leben anzugehen: Was kann dich dabei unterstützen? Wie kannst du mit Hindernissen umgehen?  
Kehre mit einer inneren Balance und einem konkreten Ziel wieder zurück, um deinen Alltag mit Klarheit und Fokus neu zu gestalten.

Weitere Informationen findest du auf meiner Website: [www.romymoeller.com/souljourney](http://www.romymoeller.com/souljourney)

## Meine Angebote – Meet & Inspired

Ich möchte den Raum für Inspiration und Wachstum aufmachen. Daher veranstalte ich in regelmäßigen zeitabständen Impulsveranstaltungen, wo du dich mit anderen austauschen kannst.

Die nächsten Veranstaltungen für 2020 stehen schon fest bzw. sind in Planung. Mehr Informationen & Termine findest du unter [www.romymoeller.com/meetinspired](http://www.romymoeller.com/meetinspired).

**Momentan führe ich die Veranstaltungen online durch.**

Möchtest du erfahren, wann die nächsten Events stattfinden, dann trage dich in meinen Newsletter ein: [www.romymoeller.com/newsletter](http://www.romymoeller.com/newsletter)

Zudem findest du auf meiner Website verschiedene Selbstreflexionsmaterialien, z.B. „Dein perfekter Tag“ oder das „Reflexionsjournal“.

## Mehr zu meiner Person

**“Education the mind  
without education  
the heart - is no  
Education at all.”**  
(Aristoteles)

Es kommt nicht darauf an, WAS du alles tust – es kommt darauf an, WIE und WOZU du es tust.

Damit wir diese Fragen beantworten können, müssen wir unsere Aufmerksamkeit und unseren Fokus wieder auf uns und das, was uns bewegt, legen – Gefühle und Leidenschaft erlauben.

Wenn wir selbst wissen, was uns wichtig ist, was uns ausmacht und wofür wir stehen, können wir mit dieser Sicherheit, mit dieser Stärke und mit dieser Leidenschaft andere begeistern. Erst dann können wir andere führen und Verantwortung für das WIR übernehmen.

### Mein Werdegang

- ein Jahr ein duales Studium im „Dienstleistungsmanagement“ bei einem IT-Consultingunternehmen
- Lehramtsstudium für Mathematik und Geographie
- Stipendiatin des Lehramtskollegs der Stiftung der Deutschen Wirtschaft
- Referendariat mit 2. Staatsexamen an Gymnasien in NRW und Berlin
- Tätigkeit als Lehrerin in Berlin

- Redakteurin und Netzwerkkoordinatorin bei einem renommierten Schulbuchverlag; Leitung und Weiterentwicklung von verschiedenen Produkten
- freiberufliche Coachin, Trainerin und Prozessbegleiterin
- Autorin für RAABE. Starke Klasse.
- Ehrenamtliches Engagement in diversen Bildungsprojekten, z.B. Studienkompass, Bildungscamp Christes, Alumniarbeit bei der Stiftung der Deutschen Wirtschaft, FinV

### **Never stop learning**

- Ausbildung zur Innovation Moderatorin
- Ausbildung zum systemisch-integrativen Coach bei der CoachingSpirale (vom DCV anerkannte Ausbildung)
- Weiterbildungen zu verschiedenen Themen, z.B. Zürcher Ressourcen Modell, Karrierecoaching
- Momentan: Vertiefungs-Weiterbildung „Teamcoaching & Facilitation“ bei Heiner Diepenhorst und Gaby Haiber

## **Meine Arbeitsweise**

Ich kenne nicht die "richtigen" Antworten, denn diese liegen im System. Jedoch kann ich mit meiner Arbeit die richtigen Fragen stellen, um diese Antworten zu entdecken.

Dabei ist mir das Erkennen des jetzigen Zustands und der Überzeugungen im System wichtig – denn erst durch das wirkliche Verstehen der Zusammenhänge kann eine nachhaltige und authentische Veränderung entstehen.

Um meine Coachees/Teilnehmer bestmöglich unterstützen zu können, verbinde ich unterschiedliche Methoden und Modelle aus dem systemisch-integrativen Coaching, dem Design Thinking und der positiven Psychologie miteinander.

Mit folgenden Ansätzen und Übungen arbeite ich zum Beispiel:

Eisbergmodell der CoachingSpirale, Ansätzen aus der Rational- Emotiven Therapie, Systemische Fragen, Visionsreisen und geführte Prozesse, Arbeit mit dem Inneren Team, Gewaltfreie Kommunikation, Ressourcenorientierten Modellen, Kreativitätsmethoden und dem Design Thinking, Teammodelle usw.

**Du bist interessiert und möchtest noch mehr erfahren? Dann besuche meine Website [www.romymoeller.com](http://www.romymoeller.com).**

**Oder schreibe mir eine E-Mail mit deinen Fragen an : [kontakt@romymoeller.com](mailto:kontakt@romymoeller.com).**

**Ich freue mich dich kennenzulernen.**