



Renate Kubentz

Systemische Business Coach
Psychologische Beraterin
Stressmanagement Trainerin

Berufspraxis

- Seit 30 Jahren im Bereich Coaching, Beratung, Training,
- Projektleiterin, Teamleiterin, Geschäftsführerin
- Beratung von ca. 300 Unternehmen zum Betrieblichen Eingliederungs-Management (BEM)
- Führungskräfteentwicklung in der Pflegebranche
- Workshops Stressbewältigung durch Achtsamkeit in Unternehmen
- Krankenkassenzertifizierte Stressmanagementtrainerin, Autogenes Training und PMR
- Veranstaltungsmanagement
- Sozialberaterin DGM
- Co-Trainerin, Business Coaching Ausbildung, V.I.E.L. Coaching + Training, Hamburg
- Textgestaltung – Dialogbücher für Filmproduktionen
- Ehrenamtliche Coach und Beraterin: Berufs- und Gesundheitsthemen, Zeitleben e.V., Hamburg

Qualifikationen

- Business Coach, V.I.E.L. Coaching + Training, Hamburg
- Zertifizierte systemische Coach, Deutscher Verband für Coaching und Training DVCT
- Business Trainerin, Prozessbegleiterin & Moderatorin, COATRAIN GmbH, Hamburg
- Hypnotherapie nach Milton Erickson, M.E.G. Institut, Hamburg
- Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gesundheitsamt Hamburg, Hamburg
- Entspannungspädagogin: Stressmanagement, Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, AHAB Akademie, Berlin
- Ausbildereignungsschein, Handelskammer Hamburg, Hamburg
- Projektmanagement, CBM, Hamburg
- Diplomierte Sozialpädagogin
- Regelmäßige Supervision + Kollegiale Beratung

Coaching- und Beratungsschwerpunkte

- Veränderungen in beruflichen und privaten Kontexten
- Lebens- und Arbeitsbalance für Führungskräfte
- Präsentationsängste
- Kommunikation und Konfliktklärung
- Entscheidungsfindung
- Stress- und Selbstmanagement als Burnout Prävention
- Standortbestimmung und Ressourcenaktivierung nach Krankheit

Workshops

- Work-Life-Balance
- Achtsame Stressbewältigung als Burnout Prävention
- Entspannungs- und Ressourcentraining
- Mitarbeiter- und Rückkehrgespräche
- Gesunde Kommunikation und Feedback
- Kollegiale Beratung

Arbeitsweise

- Systemisch, lösungs-, ressourcen- und zielorientiert
- Methoden aus der Kommunikationspsychologie nach Schulz von Thun
- Visualisierungen mit Symbolen und Aufstellungsfiguren
- Entspannungsmethoden und Mentaltechniken
- Ego – State / inneres Team

Zielgruppen

- Führungskräfte / Management
- Mitarbeiter
- Menschen in Veränderungssituationen
- Schulabgänger und Studenten

kubentz + team - Balance im Fokus

Renate Kubentz

Hartwig-Hesse-Str. 33, 20257 Hamburg

Mobiltelefon 0172 - 4228074

buero@kubentz.de

www.kubentz.de



*zertifiziertes Mitglied des deutschen Verbandes
für Coaching und Training*