



DANIELA GOTTWALD

Achtsamkeitsbasiertes Coaching für
Mitarbeiter und Führungskräfte,
Stressmanagement, Führungsentwicklung

Kontakt

dgc Coaching

Daniela Gottwald
Oberkasseler Str. 129
40545 Düsseldorf

www.danielagottwald.com

info@danielagottwald.com

+49 (0) 178 813 60 37

Qualifikationen

- Zertifizierte Psychologische Beraterin
- Zertifizierter Personal Coach
- Wingwave Coach®
- Zertifizierte Mentaltrainerin
- Zertifizierte Burnout-Beraterin
- Zertifizierte Achtsamkeitstrainerin
- Zertifizierte Yin-Yogalehrerin
- Bankfachwirtin IHK
- Bankkauffrau IHK
- diverse Führungsseminare UniCredit Bank AG

Expertise

- Coaching
- Beratung
- Konzeption
- Workshops

Kurzprofil

Meine Passion ist es, Menschen in ihr Potenzial zu bringen, sie als Coach bei Krisen und Herausforderungen zu begleiten und gesunde Motivation, Achtsamkeit und Wertschätzung in Unternehmen zu fördern.

Schon immer haben mich Menschen interessiert! Wie sind die individuellen Bedürfnisse und die persönliche Wahrnehmungen? Was treibt Menschen an und welche Rolle spielen ihre eigenen Gedanken dabei? Wie funktioniert Gehirn und Körper und was braucht es um langfristig gesund und zufrieden zu sein?

20 Jahre lang habe ich in einer Großbank gearbeitet. Davon war ich 7 Jahre als Führungskraft tätig. Ich habe verschiedene Teams an unterschiedlichen Standorten aufgebaut und erfolgreich begleitet.

2019 habe ich mich dazu entschlossen, meiner Passion gänzlich zu folgen und mich selbstständig zu machen. Meine langjährig erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten aus den Bereichen Psychologie, Achtsamkeit, Gesundheit und Mentaltraining stelle ich seitdem meinen Auftraggebern und Klienten als Coachin und Beraterin zur Verfügung.

Leistungsportfolio

- Coaching für Führungskräfte zum Thema „Achtsames Führen“ und Stressmanagement
- Entwicklung eines authentischen Führungsstils
- Individuelles Coaching von Mitarbeitern in Krisensituationen, bei Erschöpfung und bei Wiedereinstieg nach Burnout und Erkrankung
- Persönlichkeitsentwicklung
- Achtsamkeitstraining und Meditation für Mitarbeiter und Manager
- Workshops rund um die Themen Achtsamkeit, Resilienz, Stressmanagement, Meditation
- Beratung zum Thema „Der Sinn hinter meinem Unternehmen“, Werte definieren, Findung von Visionen und Zufriedenheit steigern
- Teamentwicklung

Durch verschiedene Ausbildungen kann ich in meiner Arbeit auf unterschiedlichste Methoden zurückgreifen. Diese stimme ich auf die jeweilige Situation sowie auf meine Auftraggeber und Coachees ab.