

Sandra Marika Backert

Mein Hintergrund ist das Studium der Betriebswirtschaftslehre, mit Abschluss in Marketing und Personalführung, jahrelange Tätigkeit im Bereich Marketing, Brand Communications und Teamentwicklung.

Als Führungskraft leitete ich über viele Jahre internationale Teams. Dazu gehörte sowohl die Rekrutierung von neuen Mitarbeitern als auch deren berufliche Weiterentwicklung. Zudem war ich Assessorin in Assessment Centern. Profitieren Sie als Kunde von meinem profunden Erfahrungsschatz und Kenntnis von Betriebsabläufen, Bewerbungsprozessen, betrieblichen Transformationsprozessen und Organisationsstrukturen. Nach einer Krise und einer Zeit des Innehaltens absolvierte ich Zertifikatsstudiengänge und erlangte Zusatzqualifikationen im Bereich Coaching und Mediation.



Ich arbeite als zertifizierter Coach, bin Kursleiterin von Workshops und Teambuilding Prozessen und Mediatorin. Darüber hinaus biete ich Kunden als zertifizierte Kursleiterin für Waldbaden und Achtsamkeit in der Natur Möglichkeiten zur Stärkung der Resilienz und zur Stressreduzierung.

Meine Leitmotive sind Empathie, Authentizität und Verständnis.

Ich biete Begleitung bei Veränderungen und Unterstützung bei Herausforderungen. Ziel ist es den Kunden Motivation und Zuversicht zu vermitteln, wobei Hilfe zur Selbsthilfe im Vordergrund steht: Nachhaltigen Wandel selbst gestalten und erleben, Lösungen für Konflikte finden und selbst umsetzen.

Mehrwert für Sie als Kunden:

- Als Ihr Gegenüber bringe ich authentische Erfahrungen in persönlicher Weiterentwicklung nach Krisen bzw. in existenziellen Veränderungsprozessen mit (z.B. Jobverlust- Jobsuche, berufliche Neuorientierung, Trauer, Burnout, Lösungen von Konflikten).
- Coaching bei Stress: Stärkung von innerer Ruhe und Förderung Ihrer Resilienz.
- Begleitung bei Klärung von inneren und äußeren Konflikten.
- Impulse zur Selbstreflexion.
- Bewusstwerden von Wahl- und Entscheidungsmöglichkeiten.
- Mit Empathie, Verständnis und einer wertfreien Grundhaltung begleite ich Sie dabei komplizierte Situationen zu klären und Probleme als Herausforderung zu sehen.
- Möglichkeit des Einsatzes von ganzheitlichen Methoden (z.B. Einbeziehung der Natur, Achtsamkeitstraining).
- Durch Kenntnis von Wirkmechanismen von Organisationen und Business Themen biete ich Ihnen professionelle Unterstützung bei Veränderungsprozessen in Ihrem Berufsleben oder in Teamstrukturen an.
- Das Selbsterfahren von Veränderungen, Wandel und Weiterentwicklung und dies erfolgreich (sprich nachhaltig) in neue Lebensphasen zu integrieren, ist ein Mehrwert für Sie als Kunde.

Bei ingeus war ich selbst Kunde eines InBeCo Coachings und kann somit aus eigener Erfahrung Ihre aktuelle Situation nachempfinden und verstehen. Ich biete meine Dienstleistungen in deutscher und englischer Sprache an. Wenn Sie möchten, besuchen Sie gerne meine [Website](#), um einen Einblick von mir zu bekommen.