



Wertschätzung  
Mensch

Ideen für Veränderung.

Coaching,  
Workshops  
und Vorträge für  
Privatpersonen  
und Unternehmen

**Mut** steht  
am Anfang des  
Handelns,  
**Glück** am Ende.

*Demokrit*

# Franka Meinertzhagen

Verheiratet, 2 Kinder,  
Jahrgang 1966

## **Unternehmerin seit 1990**

Geschäftsführung  
der Computer Com-  
pany SAM GmbH  
Beratung, Konzep-  
tion, Verkauf und  
Installation von  
Computerkonfi-  
gurationen, Soft-  
ware-Schulungen,  
Behebung von Computerproblemen



## **Coach**

Begleitung von Einzelpersonen, Paaren und Teams im privaten, wie auch beruflichen Bereich. Vorträge, Workshops und Vermittlung von Fähigkeiten in den Bereichen Denken, Kommunikation und soziale/emotionale Kompetenz, Förderung der Motivation, Zufriedenheit und Gesundheit, Wertschätzung.

## **Fortbildungen**

Weil Menschen, Lernen und Entwicklung meine Leidenschaften sind, bilde ich mich laufend fort.

seit 2012

Fortbildungen im systemischen Coaching  
Handeln im Dienst der Versöhnung in Familien und Organisationen

seit 3/2011

regelmäßige Fortbildungen und praktische Anwendung der wertschätzenden Kommunikation nach Marshall Rosenberg (international ausgezeichnete(r) Konfliktberater)

seit 2010

in den Bereichen Persönlichkeitsentwicklung, Stress, Achtsamkeit, Meditation

## **Interessen**

Menschen, Natur, Bewegung, Yoga, Reisen, Tanzen

# Meine Arbeitsweise

**Erfahren. Praktisch. Empathisch.**

Coaching ist ein begleiteter Prozess, der Ihnen persönlich oder Ihrem Unternehmen und seinen Mitarbeitern ermöglicht, sich zu entwickeln. Durch die Förderung von Wahrnehmung, Reflexion und Handeln wird es Ihnen gelingen, Ihre bestehenden Potenziale zu nutzen und Probleme zu überwinden.

Im Coaching-Prozess führe ich Sie schrittweise an Ihre Veränderung und den Ausbau Ihrer Kompetenzen heran. Sie entscheiden zu jeder Zeit selbst über den Fortschritt im Prozess.

Durch Gespräche, praktische Übungen, methodische Anregungen und Workshops begleite ich Sie. Dabei können Sie Ihre Entscheidungen und Handlungen mit mir aus neuen Perspektiven ausprobieren und so nachhaltige Veränderungen erreichen.

**Alle  
Hindernisse sind  
Stufen, auf denen  
wir in die Höhe  
steigen.**

*Nietzsche*

# Angebote für Privatpersonen

Das Leben hält für jeden Situationen bereit, die wir als schwierig oder als Hindernisse empfinden.

Manchmal fühlen wir uns im Nebel und wissen nicht, wie es weiter gehen kann. Dann ist es hilfreich, wenn uns jemand zeigt, wie wir uns orientieren können.

Manchmal fühlen wir uns angespannt oder belastet. Dann brauchen wir Ideen für Veränderungen und Methoden für die nachhaltige Umsetzung des Neuen im Alltag.

Manchmal brauchen wir ein offenes Ohr, Mitgefühl und Verständnis.

Ich begleite Sie mit Herz und Verstand beim Überwinden Ihrer privaten oder geschäftlichen Hindernisse.

## Ziele können sein:

- mehr Wohlbefinden und Gesundheit
- mehr Zufriedenheit und innere Ruhe
- Persönlichkeitsentwicklung
- Neuorientierung: beruflich oder privat
- Erfüllte Beziehungen: z. B. Partnerschaft, Arbeitsplatz
- Selbstvertrauen / Selbstbewusstsein / Selbstliebe
- Selbstfürsorge

In einem ersten kostenlosen Vorgespräch lernen wir uns kennen und finden heraus, ob wir zusammenpassen.

Die Coachings finden in meinen Räumen oder draußen im Gehen statt.

Franka  
Meinertzhagen strahlt  
Ruhe und Zufriedenheit aus und  
lacht viel. Man vertraut ihr schnell. Sie kann  
zuhören und mitspüren. Sie stellt Fragen, ohne  
zu werten. Sie erklärt überzeugend. Mir ihr  
kann man Sichtweisen verändern und  
es verändern sich die Dinge.

Feedback  
Kunde

# Angebote für Unternehmen

Für Unternehmen, die auch in Zukunft erfolgreich sein wollen, sind Reflexionsbereitschaft, Lernbereitschaft und Flexibilität der Mitarbeiter wichtige Grundvoraussetzungen. Der Wille, sich permanent weiterzuentwickeln und Entwicklungsprozesse im Gang zu halten, ist Grundpfeiler für Wachstum und Innovation.

Damit die ganze Kraft im Unternehmen für die Kunden und die Arbeit zur Verfügung steht, unterstütze ich alle Beteiligten dabei, sich immer wieder auf das gemeinsame Ziel, „den Kunden zufriedenzustellen und erfolgreich zu arbeiten“, zu fokussieren.

In Unternehmen verpufft im täglichen Miteinander so viel Zeit und Energie durch Missverständnisse, Animositäten, Befindlichkeiten, Streit und ineffiziente Abläufe.

Mögliche Leistungen sind z. B. Mediation bei Konflikten zwischen Einzelpersonen oder Abteilungen, Coachings und Workshops für Mitarbeiter, Führungskräfte und Teams, Begleitung von Teambesprechungen, Entwicklung eines Unternehmensleitbildes.

## **Ziele können sein:**

- Motivation erhöhen
- Reflexions- und Innovationskultur etablieren
- Kommunikation und Informationsfluss verbessern
- Werte und Ziele finden und Leitbild entwickeln
- Eigenverantwortung verstärken und Konflikte lösen
- Abläufe optimieren
- Betriebsklima verbessern

In einem ersten kostenlosen Vorgespräch lernen wir uns kennen und finden gemeinsam heraus, ob wir zueinanderpassen.

Die Coachings, Workshops oder Vorträge finden in meinen Geschäftsräumen oder Ihrem Unternehmen statt.

# Termine

1/2 Tag Workshop:

**„Mensch ärgere dich nicht!  
Wie gesundes Denken Ärger auflöst.**

- Auslöser und Ursachen für Ärger erkennen
- Nutzen des Ärgers erkennen
- Lernen, Ärger aufzulösen

Wann: Samstag, 8.7.2017, von 10.00 bis 13.00 Uhr

Wo: Sonnborner Straße 71-73,  
42327 Wuppertal

Vergütung: 50 EUR (inkl. Workshop-Unterlagen,  
Snacks und Getränken)

Anmeldung: [fm@wertschaetzung-mensch.de](mailto:fm@wertschaetzung-mensch.de)

1 Tag Workshop:

**Selbstfürsorge:  
Was kann ich für mich tun, damit es mir besser geht?**

- Mix aus Theorie und praktischen Übungen
- Individuelle Fragen werden beantwortet
- Inspirationen zur persönlichen Entwicklung

Wann: Samstag, 15.7.2017, von 10.00 bis 17.00 Uhr

Wo: Bausmühle, Kotzelter Straße 11a,  
42719 Solingen (nähe Haan)

Bei gutem Wetter findet der Workshop draußen statt!

Vergütung: 98 EUR (inkl. Workshop-Unterlagen,  
Essen und Getränken)

Anmeldung: [fm@wertschaetzung-mensch.de](mailto:fm@wertschaetzung-mensch.de)

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie unter  
<http://www.wertschaetzung-mensch.de/veranstaltungen/>

Wertschätzung Mensch · Franka Meinertzhagen  
Sonnborner Straße 71-73 · 42327 Wuppertal  
Telefon: +49 202 25 89 16-25  
[fm@wertschaetzung-mensch.de](mailto:fm@wertschaetzung-mensch.de)  
[www.wertschaetzung-mensch.de](http://www.wertschaetzung-mensch.de)