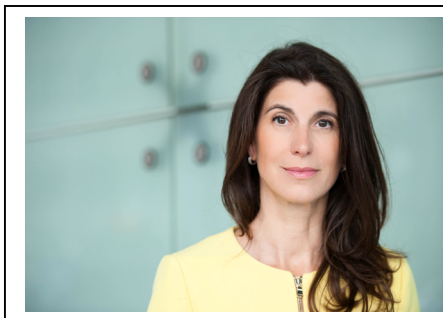


## COACHPROFIL



**Mira Christine Mühlenhof**  
**1969**

Alte Jakobstrasse 77a, 10179 Berlin  
Gehägestrasse 20j, 30655 Hannover

Mobil: 0172 902 7076  
Email: mira.muehlenhof@keytosee.de

### Meine beruflichen Stationen und Qualifikationen

- 1995-2002 (mit Job-Unterbrechungen): Studium Germanistik, Religionswissenschaften, Sozialpsychologie; Abschluss mit Magistra Artium
- 15 Jahre Tätigkeit als Journalistin in Radio, TV, online und Print (mit Führungsverantwortung)
- 10 Jahre Tätigkeit als freie PR-Beraterin
- Weiter-/Ausbildung zum:
  - Systemischen Coach
  - NLP-Practitioner
  - wingwave<sup>®</sup>-Coach
  - Enneagramm-Expertin
- Seit 2011 Beraterin und Coach
- Seit 2013 Geschäftsführung und Ausbildungsleitung im eigenen Unternehmen: Key to see<sup>®</sup> - die Enneagramm-Akademie (Institut zur Erforschung des inneren Antriebs des Menschen)
- Seit 2015 zertifizierte Beraterin des Programms UnternehmensWERT:Mensch der Bundesregierung
- 2016 Beginn der Ausbildung zur Transaktionsanalyse-Beraterin (Dauer 3 Jahre)

### Meine Angebote im Bereich Coaching

- Selbstreflexion
- Reflexion der eigenen intrinsischen Motivation
- Synchronisierung von Selbstbild und Fremdbild
- Individuelles Persönlichkeits-Coaching
- Schulung in emotionaler Kompetenz und Menschenkenntnis

### **Führung:**

- Führen über den nachhaltigen Flow (intrinsische Motivation aktivieren, Spitzenleistungen erzielen)
- Emotionale Kompetenz
- Definierung von Führungsstärken und –schwächen
- Führen von Teams (inkl. Konfliktcoaching)
- Aktivieren von ungenutzten Ressourcen

DIE ENNEAGRAMM AKADEMIE

- Selbstüberwindung
- Exekutive-Coaching

#### **Persönliche Standortbestimmung:**

- Zielfindung und Entscheidungsprozesse
- Stärken/Schwächen-Analyse
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung und Selbstführung

#### **Veränderungsprozesse in Organisationen:**

- Schule für Empathie
- Persönlichkeits-Profilung und - daraus abgeleitet – Definition der zu erwartenden persönlichen Reaktionen von Mitarbeitern auf Veränderungsprozesse

#### **Selbstmanagement (Life-Balance Coaching):**

- Burn-out-Beratung
- Erweiterung der Konfliktkompetenz
- Selbstmotivation

#### **Individualisiertes Medien-Coaching**

- Kameratraining
- Analyse von Körpersprache
- Lösen von Auftrittsblockaden wie z.B. Lampenfieber

#### **Mein Coachingverständnis**

Als Coach fühle ich mich dem humanistischen Menschenbild verpflichtet. Der Klient ist immer der Experte - nur nicht, wenn es um seinen „blinden Fleck“ geht. Schwerpunkt meiner Arbeit ist daher die **Anleitung zur Selbsterkenntnis**, das Sichtbarmachen unbewusster Verhaltensmuster. Diese stellen für mich die Ursache für fast alle zwischenmenschlichen Konflikte in unserem Leben dar. Die gute Nachricht lautet: „You can't stop the waves – but you can learn to surf.“

#### **Meine Angebote im Bereich Training:**

- Empathie und Menschenkenntnis
- Emotionale Kompetenz
- Persönlichkeit und Wirkung

#### **Teambuilding:**

- In- und Outdoor
- Konflikt-Coaching im Team
- Erkenntnis-Bühne: Szenische Erarbeitung mit Schauspielern und erarbeiten von Lösungen

## Referenzunternehmen (Auswahl)

- Airbus Group
- BDLI – Bundesverband der Deutschen Luft- und Raumfahrtindustrie e.V.
- Deutsche Bahn AG
- E.ON
- E.DIS AG
- BMW Hannover
- Stadtwerke Brandenburg an der Havel GmbH
- BRAWAG GmbH Brandenburg
- Mann + Hummel GmbH, Stuttgart
- Vorwerk Teppiche GmbH & Co. KG, Hameln
- Nordpfeil GmbH, Geesthacht
- Hadi Teherani Architekten, Hamburg
- Intan Media-Service GmbH, Osnabrück / Berlin
- Profion GmbH, München
- Gematik – Gesellschaft für Telematik im Gesundheitswesen, Berlin

## Sprachen in denen ich coache:

- deutsch