

COACH- UND TRAINER-PROFIL



Mira Christine Mühlenhof
1969

Altenastr. 1A, 31812 Bad Pyrmont
Alte Jakobstrasse 77a, 10179 Berlin

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 und wingwave[®]-Coach
 - Enneagramm-Expertin
- Seit 2011 Beraterin und Coach
- 2012: Gründung der Key to see-GmbH mit Sitz in Berlin (2.Standort in Hannover)
- Seit 2013 geschäftsführende Gesellschafterin und Ausbildungsleiterin in der Key to see[®]-Enneagramm-Akademie (Institut zur Erforschung des inneren Antriebs des Menschen)
- Seit 2015 zertifizierte Beraterin für UnternehmensWERT:Mensch (Förderprogramm der Bundesregierung für KMU's)
- Seit 2019 Transaktionsanalyse-Beraterin (dreijährige Ausbildung)
- 2023 Ausbildung Hypnose zur Blockadenlösung

Meine Angebote im Bereich COACHING:

Vorbereitung auf neue oder weiterführende Aufgaben:

- Selbstreflexion
- Synchronisierung von Selbstbild und Fremdbild

DIE ENNEAGRAMM AKADEMIE

- Individuelles Persönlichkeits-Coaching
- Schulung in emotionaler Kompetenz und Menschenkenntnis

Persönliche Standortbestimmung:

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

Führung (Performance Coaching):

- Exekutive-Coaching
- Emotionale Kompetenz
- Definieren von Führungsstärken und –schwächen
- Vom Mitarbeitenden zur Führungskraft
- Entwicklung von Ressourcen
- Selbstüberwindung
- Mitarbeiterbindung

Veränderungsprozesse in Organisationen:

- Persönlichkeits-Profiling und - daraus abgeleitet – Definition der zu erwartenden persönlichen Reaktionen von Mitarbeitern auf Veränderungsprozesse

Selbstmanagement (Life-Balance Coaching):

- Burnout-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. Schwerpunkte meiner Arbeit sind daher die **Anleitung zur Selbsterkenntnis** und 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.“

Was mein Team über mich sagt: Aktiv, unermüdlich, empathisch, großzügig, offenherzig, motivierend, erfolgreich, ernährungsbewusst, begeisterungsfähig, nach außen gewandt, lebendig, Arbeitstier, lustig, zielstrebig, bubbly, unterhaltsam, tolle Rednerin, Menschenkenntnis, vielseitig, neugierig, bunt, hilfsbereit, Genießerin, Teamgeist, Gemeinschaftsmensch, mitreißend.

Meine Themen-Angebote im Bereich TRAINING:

- Intrinsisch motivierende Führung
- Konfliktmanagement
- Zeit- und Selbstmanagement
- Empathie und Menschenkenntnis
- Emotionale Kompetenz
- Persönlichkeit und Wirkung
- Mitarbeiterbindung

Teambuilding (In- und Outdoor):

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

Auswahl an Referenzunternehmen

- **Airbus Group = seit 2015 im Coach- und Trainerpool**
- Asklepios Kliniken
- BDLI – Bundesverband der Deutschen Luft- und Raumfahrtindustrie e.V.
- BMW Group
- BRAWAG GmbH Brandenburg
- Bundesverband öffentlicher Binnenhäfen e.V.
- Cadosys GmbH
- **Deutsche Bahn AG = seit 2012 im Coach- und Trainerpool**
- E.ON
- **E.DIS AG = seit 2014 im Coach- und Trainerpool**
- ERGO Düsseldorf
- gematik – Gesellschaft für Telematik im Gesundheitswesen, Berlin
- Hadi Teherani Architekten, Hamburg
- Intan Media-Service GmbH, Osnabrück / Berlin
- Mann + Hummel GmbH, Stuttgart
- Nordpfeil GmbH, Geesthacht
- Profion GmbH, München
- Stadtwerke Brandenburg an der Havel GmbH, Stadtwerke Wismar GmbH
- Vorwerk Teppiche GmbH & Co. KG, Hameln

Sprachen in denen ich coache:

- Deutsch und Englisch

Kundenfeedbacks und weiterführende Informationen: www.keytosee.de