



Marijana Brdar

Mein Kurzprofil

„Ich verstehe mich als Impulsgeberin für Ihre Klarheit und Balance. reconnect bedeutet für mich das Verbundensein mit dem Selbst über die Stimme des Körpers.“

mb@reconnect-hc.de

+49(0)160 9733 9633

Coaching-Schwerpunkte

Berufliche Klarheit: Kompetenzen erforschen, Blockaden auflösen, neue Wege identifizieren und gehen.

Balance statt Erschöpfung: Vom Hamsterrad und Überarbeit in ein gesundes Führen von sich selbst.

Selbstzweifel verabschieden: Selbstvertrauen ist kein Fremdwort mehr, sondern ein Selbstverständnis.

Frei werden von alten Denkmustern: Blockierende und belastende Gedanken lösen.

Perspektiven für Entscheidungen: Neben Entweder-Oder Optionen ein Mee(h)r an Möglichkeiten erforschen.

Meine Beratungsphilosophie

Mit meiner Beratung stärke ich die Selbstwirksamkeit und Autonomie meiner Kunden. In der Einzelarbeit beziehe ich dem Körper als wichtige Ressource und Resonanzquelle in den Prozess mit ein, häufig ein vernachlässigter Ort des Wissens. Ich spüre Blockaden und unbewusste Programmierungen auf, um diese mit den Kunden sichtbar zu machen, umzudeuten oder zu verabschieden. Mein professioneller Hintergrund mit systemischer Beratung, EMDR-Coaching, energetischer Psychologie, Energie- und Bewusstseinsmedizin, lösungsfokussiertem Coaching, langjähriger Erfahrung in internationalen Organisationen sowie meiner langjährigen Selbständigkeit bilden den Rahmen meiner Arbeit. Regelmäßige Inspirationen über Weiterbildungen und Seminare sowie Coachings für meine eigene Begleitung und Supervisionen gehören zu meinen Entwicklungswegen dazu.

Meine Aus- und Weiterbildungen

Practitioner Energy Psychology, Ausbildung bei Dr. Fred Gallo, NISL Institut, Bad Zwischenahn

EMDR-Coaching, Weiterbildung bei Bettina Löper, Coaching-Praxis Köln

Energie- und Bewusstseinsmedizin, Ausbildung bei Dr. Christoph Stumpe, Shen Men Institut, Düsseldorf

Systemische Beratung und Gruppendynamiken, Ausbildung bei Prof. Dr. Fritz B. Simon, Berlin

Lösungsorientiertes Coaching, Ausbildung bei Mark McKergow, University of Wisconsin Milwaukee

Prozessmoderation, artop Institut an der Humboldt Universität zu Berlin

Train the Trainer, Institut für Internationale Kommunikation e.V., Düsseldorf

Studium der Betriebswirtschaftslehre, Fachhochschule für Wirtschaft Berlin

Auslandsaufenthalt an der University of New Orleans, USA

Meine beruflichen Erfahrungen

Seit einigen Jahren gehe ich zunehmend meiner Leidenschaft als Coach sowie der gedanklichen Kreativität des Schreibens nach. Mein erstes Buch, Reiseführer für eine ungeplante Reise – Diagnose Krebs, wurde 2018 im Carl-Auer Verlag veröffentlicht.

Von 1995 bis 2010 war ich überwiegend in Finanzbereichen internationaler Konzerne (Coca-Cola GmbH und Deutsche Lufthansa AG) im Projektmanagement, der Leitung einer kaufmännischen Abteilung sowie im Prozessmanagement tätig. Nahezu 10 Jahre verbrachte ich im Lufthansa Konzern und diese Zeit war durch eine intensive interkulturelle Zusammenarbeit mit Menschen in vielen Teilen der Welt geprägt. Dort durfte ich vor allem auf internationaler Ebene unschätzbare Erfahrungen sammeln. Von Australien über Kuwait bis Mexiko, den USA oder Ägypten und Ländern Europas - die weltweite Vielfalt gehörten zu meinem Standard-Berufsalltag.

In 2010 entschied ich mich neue Wege zu gehen und verließ die internationale Konzernwelt, der inneren Stimme folgend. Zunächst war ich als selbstständige Beraterin, Moderatorin auf freiberuflicher Basis in Großprojekten tätig und bildete mich intensiv fort. Auf diesen Wegen entdeckte ich zunehmend, dass es einen großen Unterschied gibt: zwischen etwas Können (das waren u.a. die Prozesse und die analytisch ausgerichteten projektbezogenen Aufträge) und in seinem Element zu sein. Erst durch das Schreiben meines Buches und die zunehmende Coachingtätigkeit erfuhr ich wie gut diese Formen des Arbeitens zu mir passten und wie viel leichter es fällt, das zu tun, was man gut kann und woran man Freude hat. Seitdem veröffentliche ich Artikel und unterstütze Menschen, die beste Version ihrer selbst zu sein!

Seit 2016 bin ich geschäftsführende Gesellschafterin der reconnect health consulting GmbH & Co. KG gemeinsam mit meinem Partner und Lebensbegleiter. Neben Coachingangeboten bieten wir Gesundheitserhaltung im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung für kleinere und mittlere Unternehmen an. Über den Körper können wir auch unseren Geist stärken und uns verbinden – ganz im Sinne eines *reconnect*.

Um mehr über mich zu erfahren, besuchen Sie gerne meine persönliche Webseite: www.marijanabrdar.de.

Ich freue mich Sie zu begleiten!