

Gudrun Ude



1959 in Hamburg geboren; verheiratet; lebt in Berlin.

Gründerin & Inhaberin einer Erfahrungs-Werkstatt für gesundes Leisten.

Trainingsprachen: Deutsch (Muttersprache).

Trainingsformate: Online- und Präsenztrainings, Gesundheits-Coachings on the Job, Workshops, Moderation.

Interessen: Tanzen, Welt-Musik, Spanien - Andalusien, Gesundheit, Walken,

Fitness, Wandern, begeistert von Meer, Fluss, See, Wald: den Wundern der Natur, Biographien.

Trainer- und Coachingprofil

Expertise im Bereich Vertrieb & Verkauf

Maßgeschneiderte Trainings, Coachings & Projekte für Unternehmen aus Industrie, Handel und Dienstleistung.

Zufriedene Teilnehmende (Note: Ø 1,3); zahlreiche externe Evaluationen belegen die Qualität meiner Arbeit.

Wirtschaft, Verwaltung, Non-Profit-Organisationen; u.a. Verkehrsbetriebe, Getränke-Industrie, Hotels, Energie, Finanzkonzerne, Sparkassen, Stadtverwaltungen, Bundesämter, wissenschaftliche Institute.

Expertise im Bereich Führung & Coaching

Zielgruppen: Vertriebsaußen- & innendienst, Service & Support, Customer Care, Technical Support, Verwaltungs-Mitarbeitende von Land & Bund, Hotel-Direktoren & Mitarbeitende, wissenschaftliche Mitarbeitende; Seit 30 Jahren Trainerin & Coach für Führungskräfte & Mitarbeitende.

Langjährige Expertise in der **Konzeption & Durchführung**

von maßgeschneiderten Persönlichkeitsentwicklungs- und Gesundheits-Fortbildungen.

Diplom-Psychologin Universität Hamburg.

Organisationsentwicklerin PSI AG, Berlin.

Supervisorin BDP.

Zielgruppe Führung: Management, Projektleitung, Team- und Gruppenleitende.

USPs

Spezialisiert auf Gesundheits-Themen: Resilienz, Stressbewältigung, Gesund Führen - sich und andere - do care! ®, A.K.M., Work-Life-Balance, Perfektionismus

Verlocke Menschen gerne, Neues auszuprobieren.

Entdecke gerne Menschen, andere Kulturen & neue Orte.

„**Schmelze gerne das Eis**“ & schaffe eine angenehme Atmosphäre unter 4 Augen oder in Gruppen.

Added Values

Psychosocial Health Prevention and Work standards,

RWTH Aachen University & Maastricht University

Zertifizierte Trainerin (anerkannt im Rahmen der Gesundheitsförderung nach § 20a&b SGB V) im Handlungsfeld Stressprävention

Diversity Trainerin AWOD, New York

EFT - Klopftechnik - Practitioner Berliner Fortbildungs-Akademie

Stehe für Freude & Spaß an Gesundheit & Natur