

Coaching-Profil - Rebekka Forster

E-Mail rebekka.forster@forsterklevenz.com
Mobil +49 176 22 70 25 26
Sprachen Deutsch, Englisch



Stärken

*Leistungsorientierung // Wissbegierde //
Verantwortungsbewusstsein // Überzeugung //
Einfühlungsvermögen*

Ich bin der festen Überzeugung, dass die Förderung von selbstbestimmtem Wachstum, Resilienz und Zusammenarbeit zu mehr Leistung, Freude und Leichtigkeit führt und jeder so sein volles Potenzial ausschöpfen kann.

Meine Expertise

- **Transition Coaching** Ich helfe Ihnen, Ihre Zukunft zu gestalten, indem Sie Klarheit über Ihr persönliches Ziel und Werte erhalten, eingefahrene Denk- und Verhaltensmuster erkennen und stimmige Lösungsoptionen entwickeln. Ich coache Führungskräfte, von neu in der Rolle bis hin zu Executives.
- **Karrierecoaching/Berufliche Neuorientierung:** Ich unterstütze Sie in Ihrem derzeitigen Job, bei der Festlegung Ihrer beruflichen Ziele oder einer beruflichen Neuorientierung.
- **Residenz Coaching** Profitieren Sie von Strategien zur Stärkung der emotionalen und körperlichen Leistungsfähigkeit und zur Stressbewältigung, um Herausforderungen anzugehen.
- **High Performing Teams** Ich begleitete Teams auf Ihrem Weg ein leistungsstarkes Team zu werden, um die Kraft von Kooperation zu nutzen und ihr Potenzial voll auszuschöpfen.

Moderne Organisationen von heute suchen nach Entwicklungsstrategien, die Ihnen helfen, durch Unsicherheit und Komplexität zu navigieren. Coaching stärkt das Bewusstsein, ermöglicht Wahlmöglichkeiten und erhöht die Eigenverantwortung. Als Coach unterstütze ich Menschen, ein selbstbestimmtes und erfülltes Leben zu führen und inspiriere Sie zu lebenslangem Lernen. Indem Sie ein ganzheitliches Verständnis Ihrer Situation erhalten, einschränkende Glaubenssätze und unbewusste Haltungen erkennen, können Sie Herausforderungen in Chancen verwandeln. So tragen Sie Stärke und Klarheit sowie Selbstvertrauen und Mut von innen nach außen.

Mein Coaching Stil wird als einfühlsam, wertschätzend und kreativ beschrieben. Mein Repertoire an Coachingtechniken aktiviert und verleiht Leichtigkeit.





Unternehmens- und Managementenerfahrung

In den letzten 14 Jahren arbeitete ich weltweit mit verschiedenen Kunden und Stakeholdern in unterschiedlichen Branchen, Management- und HR-Funktionen vertrauensvoll zusammen.

Ich kenne aufgrund meiner verschiedenen Rollen in der Personal- und Organisationsentwicklung sowie der eigenen Führungsverantwortung die vielfältigen Dynamiken im Unternehmenskontext. Als Change- und Projektmanager globaler Großprojekte gestaltete ich in enger Zusammenarbeit mit Stakeholdern und Gremien maßgeblich Veränderungen, die von organisatorischen Umstrukturierungen über Veränderungen der Führungskultur bis hin zu Organisationsentwicklung reichten. In meiner eigenen Rolle als Führungskraft bin ich selbst an den Herausforderungen des sich schnell verändernden und komplexen Umfelds gewachsen und gewann ein tiefes Verständnis für den Umgang mit zunehmendem Stress, ständiger Re-Priorisierung sowie der Gestaltung einer attraktiven Arbeits- und Lernumgebung für diverse Generationen. Ich nutze bis heute selbst Coaching, Mentoring und Sparring, um mich ständig weiterzuentwickeln.

Geografische Erfahrung

- Deutschland (Europa)
- Spanien (Europa)

Branchenerfahrung

- Versicherung
- Handel
- Mobility Services
- Pharmaceutical/Biotech

Qualifikationen - Akademisch

2007 Master in Arbeits- & Organisationspsychologie

Zertifizierungen/Weiterbildungen

2021/22 Co-active Coach Training
2021 Transformative Mediatorin
2021 Self-Awareness & Mindfulness Trainer
2020 Scrum Master
2019 Leadership Circle Profile™
2018 Systemischer Business Coach
2016 Systemischer Change & Organisationsberater

Meine Lieblingsbeschäftigung

Ich bin gerne in der Natur und liebe es dort auch Sport zu machen. Den Ausgleich finde ich in Yoga. Generell bin ich neugierig auf Menschen und freue mich tieferen Einblick in ihr Leben zu gewinnen. Malen und Reisen bringen Farbe und Freude in mein Leben. Ich schätze Klarheit, tragfähige Beziehungen und Authentizität.

Testimonial

Mit ihrer emphatischen Art schaffte Rebekka von Anfang an eine Atmosphäre der Offenheit und des Vertrauens. Mit ihren kreativen Coaching Tools unterstützte sie mich darin, meine Stärken und Leidenschaft zu identifizieren, um bestmöglich in meine neue Senior Führungsrolle zu wachsen

Susanne Schlögl, Bereichsleiter, Versicherung, München

