

Berufliche Entwicklung

- 09/18 - heute **Selbständig**

KICKOFF Hamburg –
berufsbezogene Beratung & Coaching

K.QUADRAT - Kopf & Körper
Beratung – Coaching – Training

Systemische Organisationsberaterin & Mental Coach
- 08/08 – heute **LOESCHNER Rechtsanwaltsgesellschaft mbH**
Personalentwicklung
- 2022/23 **Emilie-Wüstenfeld- Gymnasium Hamburg**
Ehrenamtliche Schulbegleitung in einer IV
- 10/05 – 02/10 **ARTE, Nordisch TV**
CHIC Redaktion & Regie (Voice Over)
- 08/95 – 10/98 **WDR**
ARD-Morgenmagazin, Köln
Redaktion
- 11/96 – 09/98 **DOMFORUM** Köln,
Abteilung Kultur
Organisation und Durchführung kultureller Veranstaltungen
- 12/94 – 05/96 **Kölner Stadtanzeiger**
Redaktion Bereich: Moderne Zeiten
- 09/95 – 02/98 **Dr. Reske & Partner**, Markt und Messesforschung, Köln
freiberufliche Interviewerin auf internationalen Fachmessen und
Ausstellungen (Englisch, Französisch)
- 08/94 – 07/95 **WDR**
ARD-Morgenmagazin, Köln,
studentisches Jahr in der Redaktion
- 01/93 – 12/95 **Institut Français de Cologne/Messe Köln**
Übersetzerin und Hostess

Qualifikationen, Aus- & Fortbildungen

12/22

Fachkraft für psychosoziale Gesundheitsförderung

Fachhochschule Sport & Management Potsdam/AHAB-Akademie

12/21

Mental Health First Aider

09/21

Systemische Aufstellungsarbeit

NLP Hamburg

08/21

Kursleiterin Autogenes Training

03/21

Kursleiterin Progressive Muskelrelaxation

01/21

Burnout – Symptomatik & Prävention

AHAB-Akademie

11/20

Kriseninterventionstraining

AHAB-Akademie

10/20

Resilienz-Trainerin

AHAB-Akademie

12/20

Stressmanagement-Trainerin – multimodal und systemisch

Wispo AG: Systemisches Zentrum

12/19

BrainFit-Trainerin

AHAB-Akademie

11/19

Kommunikations-& Moderationskompetenz

Campus B - Hamburg

09/18

Systemische Organisationsberaterin

IOS: Institut für Organisationsentwicklung und systemische Beratung

07/18

Mental Coach

Fachhochschule Sport & Management Potsdam/AHAB-Akademie

10/15

Professional Coach/Business Coach

COATRAIN – Hamburg

Bei weiterem Informationsbedarf kontaktieren Sie mich gern.

Ich freue mich über Ihre Kontaktaufnahme

k.richard@kickoff.hamburg

+49(0)173 3635223