



» Andrea Ostermann-Brema

CAPERA Kooperationspartnerin

Trainerin, Coach, Personal- und Organisationsentwicklerin

Tel. 0561 400 859 20

a.ostermann-brema@capera-gruppe.de



CAPERA » GRUPPE

Personalberatung & Personalentwicklung

„Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung.“

- Antoine de Saint-Exupery

- Berufserfahrung**
- » Seit 2005 Trainerin, Coach, Personal- und Organisationsentwicklerin, einschließlich eines dreijährigen Arbeitsaufenthaltes in Italien
 - » Seit 2014 selbständig tätig
 - » Erfahrungen als Angestellte und Freiberuflerin in den Branchen Bildung und Soziales, Öffentliche Verwaltung, Gesundheitssystem, Telekommunikation, Banken und Finanzdienstleistungen, Einzelhandel sowie Rundfunk
- Weiterbildung**
- » Diplom-Psychologin, TU Dresden
 - » Zertifizierte Kommunikationsberaterin und -trainerin, Schulz von Thun Institut
 - » Aufsichtsperson und Fachkraft für Arbeitssicherheit (Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung)
 - » Ausgewählte Fortbildungen: Lego Serious Play, digitale Methoden im Training, Mimik-Resonanz

Besondere Erfahrung

- » Expertin für gesunde Arbeitsbedingungen, langjährige Erfahrung auf dem Gebiet Gefährdungsbeurteilung für die psychische Belastung

Fokus in Coaching und Training

- » Führung: sich selbst und andere führen, integrale Führung, situative Führung, innere Einstellung/ Teamplayer/Sicherheit als Führungspersönlichkeit
- » Teamentwicklung: Phasen der Teamentwicklung, Rollen in Teams, Feedback geben und nehmen, Vielfalt und Unterschiedlichkeit als Chance
- » Kommunikation: Feedbackgespräche, Konfliktklärung
- » Resilienz, Achtsamkeit, z. B. als Grundlage von Leadership und Kooperation im Team
- » Unternehmenswerte