

**Name:** Richter

**Vorname:** Jeanette



## I. Ausbildungen

- Zertifizierte Hypnose-Therapeutin /-Coach (HypnoseBachelor DHI), DHI Hamburg, Januar 2020
- Personal- und Businesscoach, Fernakademie für Erwachsenenbildung, 2018
- Kursleiterin für Entspannungsverfahren Autogenes Training und Progressive Muskelrelaxation, AHAB-Akademie, 2017
- Psychologische Stressmanagement-Trainerin, AHAB-Akademie, 2012
- Heilpraktikerin für Psychotherapie, 2008
- Dipl.-Sozialpädagogin, FH Esslingen, Hochschule für Sozialwesen, 2003
- NLP-Practitioner, Alfred Gescheidle, 2000
- Dipl.-Verwaltungsfachwirtin Polizei, FH Villingen-Schwenningen, Hochschule für Polizei, 1999

## II. Berufserfahrung

2006 - dato      Selbständige Tätigkeit in eigener Praxis als Therapeutin, Coach & Trainerin

2010 – 05/2019    Koordinatorin beim Lingener Hospiz e.V.

2004 – 2006      Dipl. Soz.-Päd., Resozialisierungsprojekt PRISMA, Lingen

### III. Arbeitsschwerpunkte, Projekte

- Führungskräftefortbildungen – auch als Webinar-Reihe  
Kommunikation, Stressmanagement & SelfCare/Selbstfü(h)rsorge, Achtsamkeitstraining, Burnout-Beratung, Gesundes Führen, Wertschätzung im Betrieb
- Trainings für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter  
Seminare im Bereich Stressmanagement und SelfCare sowie Burnout-Prävention  
Entspannungsverfahren, Achtsamkeit und Meditation
- Begleitung  
Coaching von Führungskräften und Mitarbeitenden im Bereich Stress- und Selbstmanagement sowie guter Umgang mit der eigenen Endlichkeit

### IV. Auftraggeber, Projekte (für SO)

- Landschaftsverband Westfalen-Lippe  
Dreimodulige Führungskräftequalifizierungen mit neun Tagen  
Seminarreihe im Rahmen der Führungskräfte-Fachschulungen zum Thema Digitalisierung
- Sozialversicherung Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau  
Seminare im Rahmen des Weiterbildungsprogramms „Stress am Arbeitsplatz“, Online Seminare zum Thema Stress, Resilienz und Kommunikation
- Oberfinanzdirektion Hessen  
Zweitägige Seminarreihe für alle Führungskräfte der Finanzverwaltung zum Thema „Ressourcen stärken“ mit einem Bilanztag (online / Präsenz)
- Kreis Hersfeld Rotenburg  
Gesund Führen im Rahmen der Modulreihe für Führungskräfte- und Führungsnachwuchskräfte
- Landesamt für Steuern Rheinland-Pfalz  
Seminare im Rahmen der SGL-Ausbildung zum Thema Gesunde Führung
- Oberbergische Kreis  
Gesund Führen im Rahmen der Führungskräftequalifizierung
- Fortbildungsakademie der Finanzverwaltung NRW (FortAFin)  
Seminare im Rahmen der SGL-Ausbildung zu den Themen Stressmanagement und Gesunde Führung