



„Vereinbarung von Familie und Beruf? Leichter gesagt als getan!“

„Nach einer Pause möchte ich **wieder arbeiten.**“

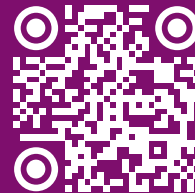
„Ein unerwartetes Ereignis hat mein **Leben** komplett **durcheinander** geworfen.“

„Ich träume schon lange von **beruflicher Veränderung.**“

„Ich habe physische oder psychische **häusliche Gewalt** in meinem Umfeld mitbekommen.“

Heike Itter
Coaching für Frauen

Telefon: (030) 30 10 74 26
info@holler-coaching.de
www.holler-coaching.de



Coaching für Frauen

- berufliche und private Veränderungen meistern
- Selbstwirksamkeit erfahren
- Balance ins Leben bringen



Holler · Coaching

Aufgrund der komplexen Rollen und Aufgaben von Frauen arbeite ich mit **systemischer Sichtweise** im Coaching. Das bedeutet für mich, dass ich Ihr **individuelles Thema** zusammen mit Ihrem Lebensumfeld betrachte.

Dabei ist mir die **Kommunikation auf Augenhöhe** wichtig: Sie als Expertin für Ihre Themen – ich als Begleiterin Ihrer Entwicklung und Veränderung.

Warum „Holler“ · Coaching?

„Holler“ ist eine andere Bezeichnung für den heimischen Holunder, der als uralter Haus- und Schutzbaum gilt.

Für mich vereint „Holler“ viele Eigenschaften, die **Frauen** als **Potenzial** mitbringen, ohne sich dessen bewusst zu sein:

- standhaft • Geborgenheit gebend • robust
- der Sonne zugewandt • Schatten akzeptierend und spendend • energiehaltig und gesunde Früchte • genießbare und zarte Blüten • dezent
- herbstliche Schönheit • individuell • vielfältig verzweigt • genügsam • konkurrenzstark
- harmonisierend • regenerationsfähig

Der Coachingprozess

Alle Gespräche sind vertraulich.

- In einem ersten Telefonat vereinbaren wir einen **Kennenlern-Termin**, der etwa 30 Minuten umfasst und für Sie **kostenlos** ist. Dabei besteht die Möglichkeit, Fragen zum Coaching für Ihr individuelles Thema zu besprechen.

- Danach kann die Vorstellung einer vertrauensvollen Zusammenarbeit in Ruhe überdacht werden.

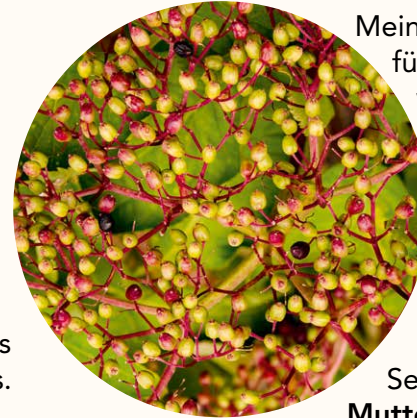
- Im **Erst-Termin** widmen wir uns ausführlich Ihrem Thema als Basis für den Coaching-Prozess.

- Erfahrungsgemäß treffe ich meine Klientinnen **sechs bis zwölf Stunden zu einem Thema**.

- Im Rahmen eines **Abschluss-Termins** wird Ihr Prozess noch einmal gemeinsam beleuchtet und Ihr Erfolg gewürdigt.

Bitte planen Sie pro Coaching-Termin ungefähr 60 Minuten Zeit ein.

Die Termine finden regelmäßig nach Absprache statt. Auch samstags sind Termine möglich.



Über mich

Mein Name ist **Heike Itter**.

Als **systemische Coach** und **kreative Prozessbegleiterin** unterstütze ich Frauen bei privaten und beruflichen Veränderungsprozessen.

Meine Ausbildung absolvierte ich beim Institut für Coaching und Achtsamkeit (ICA) in Berlin, während ich mehrere Jahre als Frauenbeauftragte tätig war.

Als promovierte Biologin verfüge ich als Wissenschaftlerin und IT-Projektleiterin über lange Berufserfahrung in der freien Wirtschaft und im öffentlichen Dienst.

Seit über 20 Jahren lebe und gestalte ich als **Mutter** zweier Kinder die Vereinbarkeit familiärer und beruflicher Belange und kenne die damit einhergehenden Veränderungen im Lebensverlauf.

