



PSYCHOSOZIALE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Gemeinsam für einen gesunden Arbeitsalltag

Als **freiberufliche Coach und Trainerin** im Bereich der psychosozialen Gesundheitsförderung bin ich spezialisiert auf Angebote zur Stressbewältigung und Burnout-Prävention. Mein Ziel ist es, Menschen zu empowern, ihre Resilienz zu stärken und einen gesunden Umgang mit den beruflichen und privaten Herausforderungen zu finden.

Ich biete praxisnahe Seminare und Coachings an, deren Ausgangspunkt die individuellen Situationen und Bedürfnisse der Teilnehmer:innen bilden, um nachhaltige Veränderungen zu fördern.

Gerne bringe ich meine Persönlichkeit, Erfahrung und Expertise auch in Ihrem Auftrag ein!

Raphaëla Gehle

KURZPROFIL

-  Fachkraft für psychosoziale Gesundheitsförderung
-  Entspannungstrainerin
-  Coach
-  Mediatorin
-  studierte Linguistin, Soziologin und Medienwissenschaftlerin



ICH FREUE MICH AUF
IHRE NACHRICHT

Raphaëla Gehle Beratung
Handy: 0160 160 9395
E-Mail: info@gehle-beratung.de
Webseite: www.gehle-beratung.de

RAPHAELA GEHLE (M.A.)

Fachlicher Hintergrund



Fachkraft für psychosoziale Gesundheitsförderung

beinhaltet u.a.:

Stressmanagement-Trainerin

Burnout-Prävention

Relax-Coach



Entspannungstrainerin

westliche Entspannungsverfahren:

Progressive Muskelrelaxation, Autogenes Training



Professionelle Lehrkompetenz an der Hochschule

Zertifikatsprogramm Hochschuldidaktik

Universität Duisburg-Essen



Coach (univ.)

Ausbildung gemäß den Richtlinien des

Deutschen Verband für Coaching & Training (dvct)



Mediatorin (univ.)

Ausbildung gemäß den Richtlinien des

Bundesverband Mediation e.V. (BM)



Studium der Linguistik, Soziologie (B.A.)

und interdisziplinären Medienwissenschaft (M.A.)

Universität Bielefeld

MEINE ANGEBOTE



Beurteilung psychischer Belastungen
(gemäß §5 ArbSchG)



Seminare & Workshops



Einzelcoachings

Weitere Informationen zu meinem Angebot und
meinem fachlichen Hintergrund finden Sie unter

www.gehle-beratung.de



ICH FREUE MICH AUF
IHRE NACHRICHT

Raphaella Gehle Beratung

Handy: 0160 160 9395

E-Mail: info@gehle-beratung.de

Webseite: www.gehle-beratung.de