

# AMREI KORTE

„Life is not a matter of holding good cards, but of playing a poor hand well.“  
(Robert Louis Stevenson)



- Trainer
- Coach
- LSI Trainer / Coach
- Trainer für Seminarschauspiel
- Stressmanagementtrainer
- Organisationsentwickler
- Supervisor
- Change Manager
- Seminarschauspieler/in
- Konzepter

## MEIN WARUM

Unter den vielen Aspekten meiner Arbeit, für die ich brenne, sind mir zwei davon besonders wichtig:

Wie das Leben der meisten Menschen, verlief auch meins nicht immer nur rosarot. Und als vor gar nicht allzulanger Zeit ein Schicksalsschlag dem nächsten gefolgt ist, eine Herausforderung die nächste gejagt hat, hatte ich die Tendenz, mich selbst zu bemitleiden und als Opfer meines Schicksals zu sehen. Bis ich während der Ausbildung zum systemischen Coach gemerkt habe dass ich durch eine andere Haltung, einen anderen Blick auf die Dinge ein völlig neues Lebensgefühl entwickeln kann. Nur ICH bin Herr meines Lebens: meiner Gedanken, Gefühle und des daraus resultierenden Verhaltens.

Diese innere Arbeit ist ein fortlaufender, nie endender Prozess der den Duft von Freiheit, Lebensfreude, Leichtigkeit und zugleich Kraft trägt.

Auch bei meiner Arbeit in Unternehmen stelle ich immer wieder fest, dass Mitarbeiter angesichts großer Herausforderungen oder Veränderung oft eher gelähmt sind, als freudig in die Aktion springen. Mit ihnen einen Weg in Richtung Eigenverantwor-

tung und Optimismus zu gehen wirkt oft wie ein Freiheitsschlag und setzt unglaubliche Kräfte frei. Diesen Prozess zu begleiten begeistert mich jedes Mal wieder auf's Neue.

Meine zweite große Flamme ist die Freude an Begegnungen. Am Austausch. Am Miteinander. An gelingender Kommunikation. Das fängt natürlich immer bei einem selbst an – denn wie kann ich mich in andere hineinversetzen, wenn ich mich selbst nicht verstehe? Und setzt sich in Beziehungen zu anderen Menschen fort. Zu sehen was und wie viel entstehen kann wenn wir uns selbst und anderen Menschen wirklich begegnen, uns zuhören, zu akzeptieren lernen und auf Augenhöhe miteinander reden, fasziniert mich. In meiner Arbeit Menschen zu begegnen und andere beim Begegnen zu begleiten, bedeutet jedes Mal wieder eine neue Herausforderung für mich selbst. Und wenn ich inzwischen eines liebe, dann sind es genau diese Herausforderungen, die mir das Leben, das Miteinander, die Kommunikation mit mir selbst (!) und mit anderen stellen. Was für ein Privileg, sich durch sie verändern und an ihnen wachsen zu können!

# AMREI KORTE

*„Life is not a matter of holding good cards, but of playing a poor hand well.“*  
(Robert Louis Stevenson)



## STUDIUM / AUSBILDUNG

- Marketing (BAW)
- Ernährungswissenschaften (Uni Barcelona)
- Sporternährung (Uni Leon)
- Systemischer Coach (GST, 2017: DGSF-Zertifizierung)
- Trainer für Somatische Intelligenz (Akademie für Somatische Intelligenz)
- Trainer für Stressmanagement (AHAB)
- Trainer für mentales Ressourcenmanagement / ZRM (Mild Akademie)
- Trainer für Resilienz (AHAB)

## ZUSATZQUALIFIKATIONEN

- Gesundheitscoaching (Führungsakademie Baden-Württemberg)
- Body Talk (Akademie für Somatische Intelligenz)
- Train the Trainer Decision Dynamics
- Systemisches Change Management (ICO Augsburg)
- Systemische Teamentwicklung (Syscoach)
- Konstruktive Kommunikation - Klar und Wertschätzend (Syscoach)

## SCHWERPUNKTE

- Teamentwicklung
- Gesundheit
- Selbst(führung)
- Stressmanagement & Resilienz
- Konstruktive Kommunikation

## BERUFSERFAHRUNG

- Lehraufträge an der FH Kempten und der Uni Würzburg (Wirtschaftspsychologie, Personalmanagement, MBA-Programm)
- Trainings, Seminare, Workshops, Teambuildings und Teamentwicklungen in verschiedensten Branchen (Seminarsprachen: deutsch & englisch, spanisch auf Anfrage), deutschlandweit + USA
- Gründung und Leitung einer Kochschule in Barcelona / Durchführung zahlreicher Teambuildings mit internationalen Gruppen
- Export-Manager, Barcelona
- Restaurantleitung, Bournemouth