



SABINE | DINKEL

Stand: 2015

Profil | Werdegang

Sabine Dinkel (Jahrgang 1967)

Büros:
Vierländer Damm 48
20539 Hamburg
(0 40) 181 14 440
(01 76) 29 29 66 81

oder
19406 Sternberg (MVP)

gutentag@sabinedinkel.de
www.sabinedinkel.de

Qualifikationen, Aus- und Weiterbildungen:

- Verschiedene Schreibcoachings und -trainings (Textbuero Strauss; Gitte Härter)
- Visualisierungen im Business inkl. Flipchart-Training (Gitte Härter; apprenti)
- Ausbildung zur Systemischen Organisationsaufstellerin (Klaus P. Horn)
- Regelmäßige Teilnahme an Einzel- und Gruppensupervision (Ulrike Martzinek)
- „V.I.E.L Praxis-JA - Kompetenz auf dem Weg zur Exzellenz“ (Coaching-Werkstatt, Demo-Coachings, Supervision, Fallarbeit, Aufstellungsarbeit, Seminare)
- MBSR (Mindfullnes based StressReduction)
- Transaktionsanalyse (Luise Lohkamp)
- Symbolarbeit (Wilfried Schneider, Uni Hamburg)
- Zertifizierte Gründungsberaterin (Q-Plus/Leuphana Universität Lüneburg)
- Zertifizierter Business-Coach (V.I.E.L Coaching & Training)
- Kommunikationspsychologie (Prof. Friedemann Schulz von Thun)
- Stress-Prävention & Seelische Gesundheit (Prof. Reinhard Tausch)
- GFK - Gewaltfreie Kommunikation (nach Marshall B. Rosenberg)
- MindMapping (Tony Buzan)
- Führungsverhalten und Beziehungsmanagement (IHK)
- Interview- und Beobachtertrainings (Stein Hanusch Management-Beratung)
- Trainings rund um Telefon- und Kundenservice (Pawlik Consulting)
- Geprüfte Chef- und Management Assistentin (BDS/SAK)
- Kauffrau für fremdsprachliches Sekretariat | Tischlergesellin

Berufliche Entwicklung:

- Dozentin und Coach in Gründungszentren Enigma/.garage und Frau & Arbeit
- Selbstständige Existenzgründerberaterin, Business Coach und Trainerin
- > 7 Jahre Coaching, Beratung, Training und Moderation von Workshops
- 14 Jahre Personalentwicklung und Recruitment
- 7 Jahre Beratung von Fach- und Führungskräften (Tarif, Management, Leitende)
- 8 Jahre Assistentin der Geschäftsleitung
- 3 Jahre Teamassistentin einer technischen Serviceabteilung
- 1 Jahr Verkauf (Einrichtungshaus für hochwertige Möbel und Dekoartikel)
- 3 Jahre Tischlerausbildung (Schwerpunkt Restaurierung und Möbelbau)

Branchenkenntnisse und Erfahrungen (Auszug):

- Internationale Konzerne (z. B. Kosmetik, Container-Schifffahrt, Konsumgüter)
- Industrieller Mittelstand (Luftbefeuchter, Nahrungsmittelanalyse, Schleifmittel, Tankstellen, Druckereien)
- Selbstständige Einzelunternehmer
- Berufe der Kreativwirtschaft
- Handwerk (Glas, Holz, Friseure)
- Zahnheilkunde



SABINE | DINKEL

Einsatzfelder allgemein:

- Business Coaching und Unternehmensberatung
- Existenzgründerberatung
- Moderation von lebendigen Workshops
- Personalentwicklung (Führung und Nachwuchs)
- Trainings (Bekömmliche Selbstorganisation, Zeitmanagement, Visualisierungstechniken, Interviewtechniken für FK, Kreativitätstraining etc.)
- Bewerbertraining und -coaching
- Feedback- und Kritikgespräche wertschätzend führen
- Assessment Center (Beobachterin, Rollenspielpartnerin, Feedbackgeberin)

Coach-Profil (Zertifizierter Business Coach, inklusive Selbsterfahrung)

Ausbildungsinstitut:

V.I.E.L. Coaching & Training (zertifiziertes Mitglied im dvct e.V.)

Elbberg 1 - 26767 Hamburg

www.viel-coaching.de

- Modelle der humanistischen Psychologie
- Systemische Therapie, lösungsorientierter Ansatz
- Hypnotherapie
- Transaktionsanalyse
- Konstruktivismus
- NLP-Werkzeuge
- Interventions-Methoden und Transfer-Sicherung
- Aktives Zuhören/provokatives Zuhören
- Feedback-Modelle
- Arbeit mit Wünschen, Werten und Glaubenssätzen
- Zeitlinien, Checklisten, Meta-Programmierung
- Ziele und Visionen
- Kreatives Konfliktmanagement
- Hintergründe und Ursachen von Krisen und Konflikten
- Systemische Analyse und Konflikt-Visualisierungen
- Aufstellungsarbeit
- Perspektivwechsel
- Zirkuläre Fragen
- Konflikt-Lösungs-Strategien kreativ entwickeln
- Gewinner-Gewinner-Modelle konsequent realisieren
- Coaching von Teams und erfolgreiche Team-Entwicklung als Führungs-Aufgabe
- Diagnose von aktuellen Team-Prozessen
- Positiver Umgang mit Macht, Autorität und Hierarchie
- Das Team im Spannungsfeld der Organisation
- Management Coaching: Die Führungskraft als Coach
- Aufbau eines persönlichen Coaching-Netzwerkes
- Positionierung als Coach
- Supervision, Lern-Feedbacks, Arbeit in Peergroups



SABINE | DINKEL

Klärungshilfe | Kommunikationsberatung

Ausbildungsinstitut:

IWL Seminare GmbH, www.iwl-seminare.de

(Prof. Friedemann Schulz von Thun, Christoph Thomann, Roswitha Strathmann)

- Konflikt-Klärung (auch im Team)
- Inneres Team in Aktion
- Quadratische Vortragskunst (Kommunikationsquadrat)
- Wertequadrat
- Riemann-Thomann-Modell
- Doppeln
- Teufelskreise

Einsatzfelder im Business Coaching:

- Coaching von Teams (Teamentwicklung) und Einzelpersonen
- Hilfe bei Entwirrung von komplexen Sachverhalten
- Bewältigung akuter Krisen- und Umbruchsituationen
- Reflexion der eigenen Rolle als Führungskraft
- Gestaltung von Veränderungs-Prozessen
- Ressourcen-Coaching
- Unterstützung bei Entscheidungsfindungen
- Selbstwirksamkeit erhöhen
- Reflexion und Absicherung von wichtigen Entscheidungen
- Konfliktklärung (z. B. Kollegen, Familie, Partner, Kunden, Lieferanten)
- Entwicklung und Überprüfung von Zukunfts-Visionen und Lebens-Entwürfen
- Hilfe bei Arbeitsüberlastung, Motivationseinbruch, Burn-Out-Syndrom
- Bekömmliche Tagesstruktur(en) entwickeln
- Netzwerke aufbauen, nutzen und pflegen
- Berufliche Neuorientierung und individuelle Bewerbungsberatung
- Hochsensibilität und Introversion
- Coaching via Skype, E-Mail und Telefon
- Überzeugen durch Visualisierungen
- Schauen Sie gerne auch hier: <http://www.sabinedinkel.de/leistungsangebot/>



SABINE | DINKEL

Einsatzfelder in der Beratung und im „KfW Gründer Coaching Deutschland“:

- Standortbestimmung und Positionierung
- Unternehmerpersönlichkeit stärken
- Produkt- und Zielgruppendefinition
- Markterkundung mit Kundenbefragungen
- Marketing (für introvertierte Persönlichkeiten)
- Kommunikation & Akquise
- Konkurrenzanalyse
- Bekömmliche Büro- und Selbstorganisation, Zeitmanagement
- XING- und Facebook-Marketing

Referenzen (Auszug):

- Hapag Lloyd (www.hapag-lloyd.de)
- Sportfive (www.sportfive.de)
- Artifex (www.artifex-abrasives.de)
- Classic Oil (www.classic-oil.de)
- Enigma Company Builders/.garage (www.wasistgarage.de)
- Frau & Arbeit Hamburg (www.frau-und-arbeit.de)
- Bäckerei Weißbach (www.baeckerei-weissbach.de)
- SungSimonDesign (www.sungsimondesign.com)
- Praxis für Zahngesundheit (www.zahnarzt-carlshoehe.de)

Sonstiges:

- Mitglied im BCH – Business Club Hamburg (www.bch.de)
- Premium Karriereexpertin (www.karriereexperten.com von Svenja Hofert)



SABINE | DINKEL

