

## Über mich

Als Team-Coach ist es mir wichtig, eine lockere und kreative Atmosphäre zu schaffen. In positiver Stimmung gelingt es im Team leichter, neue Ideen und nachhaltige Veränderungen zu etablieren, neugierig auf andere zuzugehen und bisherige Vorgehensweisen in Frage zu stellen.

Sie und Ihr Team profitieren durch mehr Begeisterung, Motivation und gegenseitige Unterstützung.



## Kontakt

### Sonja Gäng

ICF Business Coach (ACC) für Einzel- und Teamcoaching  
Zertifizierter Mentaltrainer für Erwachsene & Kinder  
Zertifizierter Lachyoga Leiter

Rangersdorfer Straße 14  
68794 Rheinhausen

Telefon +49 (0)160 5449617  
sonja.gaeng@sonne-im-herzen.net  
[www.sonne-im-herzen.net](http://www.sonne-im-herzen.net)



---

*Mit frischem Wind  
zu neuen Ideen  
für Ihr Team*

---



## Ihre Vorteile

Sie profitieren von mehr Effizienz durch eine gesteigerte Motivation und nachhaltigen Veränderungen sowie Klarheit hinsichtlich Stärken und Kompetenzen Ihres Teams.

Ihr Team profitiert von mehr Flexibilität im Umgang miteinander, einer höheren Zufriedenheit sowie neuen Ideen für kreative Herangehensweisen und Perspektiven.

Ich biete Ihnen vorab ein unverbindliches Erstgespräch, um Ihre Ziele zu klären und gemeinsam ein Coaching nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen zu entwickeln.



## Mein Angebot

**Team-Coaching** (Indoor, auf Wunsch auch gerne Outdoor) mit folgenden Schwerpunkten: Motivation, Veränderung, Konfliktmoderation, Perspektivwechsel.

**Einzel-Coaching**, angelehnt an Ihre Wünsche & Herausforderungen: Führungsverständnis, Kommunikation, Stress-Prävention, Strategie-Entwicklung.

## Mein Versprechen

Auch im Nachgang biete ich Ihnen meine Unterstützung an. Ziele zu identifizieren ist das eine, diese jedoch nachhaltig im Arbeitsalltag zu integrieren und besprochene Maßnahmen in die Tat umzusetzen, erfordert Geduld, Mut und ein gewisses Maß an Hartnäckigkeit. In dieser Phase biete ich gerne Termine an zur Reflexion und Umsetzung der abgeleiteten Ziele und Handlungsschritte.

## Meine Vita

1974 geboren in Frankenthal

1994 Hochschulreife, Albert-Einstein Gymnasium Frankenthal

1994-1997 Ausbildung zum Chemielaborant BASF SE

1997-2020 Chemielaborant bei BASF SE in der Forschung mit unterschiedlichen Schwerpunkten und wechselnden Teams

2011 Heirat & Geburt unserer Tochter

2013 Geburt unseres Sohnes

2016 Weiterbildung zum Mentaltrainer bei der Mentalakademie Europa in Oberhausen-Rheinhausen

2016 Selbständigkeit als Coach & Trainer

2017 Seminar gewaltfreie Kommunikation

2017 Weiterbildung zum Kinder Mentaltrainer bei der Mentalakademie Österreich, Götzis

2018 Seminar Paar Kommunikation

2018 Weiterbildung zum Lachyoga Leiter bei der Stuttgarter Lachs Schule

2019 Business Coach (ICF) IHK Karlsruhe

2020 ThetaHealing® Practitioner

2021 LINC Personality Profiler Coach

2021 zertifizierter Life Cruise Coach

2021 ACC Zertifizierung (ICF)

2022 Clean Language

2022 Flipchart - Kreativ präsentieren