

## Coachprofil Ingeborg Dietz

Ingeborg Dietz  
Koempelstraße 10  
82340 Feldafing  
E-Mail: [contact@dietz-coaching.com](mailto:contact@dietz-coaching.com)  
Web: [www.dietz-coaching.com](http://www.dietz-coaching.com)

Jahrgang 1958



### Profession

Seit 1989 bin ich Coach und Trainerin und bilde seit 2002 Coaches aus. Dafür habe ich vielfältige eigene Weiterbildungen integriert:

- Hakomi Erfahrungsorientierte Körperpsychotherapie
- Internal Family Systems Therapy
- Introvision
- Systemische Organisations-Aufstellungen
- Reflexiv Systemische Beratung
- Moderatorenausbildung
- Ausbildung zur Heilpraktikerin (Abschluss 1985), Schwerpunkt Psychotherapie
- Matric 76 in Harare, Zimbabwe (entspricht Abitur)

### Berufliche Stationen

- 25 Jahre Geschäftsführung und Inhaberin von Dietz Training und Partner, seit 01/2022 von Dietz Coaching.
- Weiterbildungs-Anbieter für Coaches seit 2002 ("Psychologie der Veränderung - emotional intelligent coachen" - anerkannt von DBVC, IOBC und Coaching-Index")
- Ausbilderin für Psychotherapeuten (Internal Family Systems Therapy - zusammen mit Prof. Richard Schwartz) 2005-08
- Train-the-Trainer in USA („Emotional Intelligence“ and „Self-Leadership“) 2001-03
- Trainerin und Coach seit 1990
- Selbständig als Heilpraktikerin, Schwerpunkt Psychotherapie 1985-91
- Erfahrungen im Vertrieb 1978 - 85

### Mein Coaching Ansatz

Seit über 25 Jahren coache ich Leistungsträger aller Hierarchieebenen. Hohes Engagement für Menschen und ihre Anliegen, Kundenorientierung und ein klarer Blick für unternehmerische Perspektiven zeichnen mich aus.

Meine Arbeitsweise ist geprägt von Tiefgang und der Suche nach pragmatischen Lösungen, dabei bin ich als Mensch immer greifbar und empathisch zugewandt. Profundes Wissen um Veränderungsprozesse, achtsames Erkunden und Respekt vor der Einzigartigkeit von Menschen ist die Grundlagen meiner Arbeit.

Mein Fokus im Coaching liegt bevorzugt auf der Innenwelt - den verschiedenen Facetten der eigenen Persönlichkeit, automatischen Reaktionen und Verhaltensmustern. Bei vielen Anliegen ist es zielführend, Kernkompetenzen von emotionaler Intelligenz - Selbstwahrnehmung und Selbstführung, Empathie und das Wissen um Wechselwirkungen - weiter zu entfalten. Ich erfasse schnell wichtige Zusammenhänge und emotionale Knackpunkte. Mit einer guten Balance von Erkunden und Zielorientierung sowie einem sicheren Gespür für wirksame nächste Schritte entdecken Klienten mit mir stimmige Lösungen.

Menschen schätzen mein Einfühlungsvermögen, den Blick für Wesentliches sowie den herzlichen und partnerschaftlichen Umgang mit ihnen. Mir ist wichtig, ihnen wahrhaftig zu begegnen und Impulsgeberin für ihre ganz individuelle Entwicklung zu sein.

## Schwerpunkte im Coaching

- Selbstführung und bewusstes Regulieren eigener Emotionen
- Empathie in der Führung, im Vertrieb und in agilen Teams
- Zusammenarbeit, Konfliktbewältigung und emotionale Dynamiken in Gruppen
- Emotionale Herausforderungen in der neuen Arbeitswelt
- Work-Life-Balance, Resilienz und Stressbewältigung
- Wirkung und Wechselwirkungen mit anderen
- Standortbestimmung, persönliche Entwicklungsplanung und Entscheidungsprozesse
- Herausfordernde Führungssituationen und Reflexion des eigenen Führungsstils

## Klient\*innen und Branchen

- Oberes und mittleres Management
- Selbständige Unternehmer
- Trainer und Coaches
- Banken und Versicherungen
- Automobilindustrie sowie Automobilzulieferer
- IT-, Elektronik- und Energie-Unternehmen
- Handel
- Krankenhäuser und öffentliche Verwaltung

## Rahmen

Wir vereinbaren ein erstes Telefongespräch zum Besprechen Ihres Anliegens und stellen sicher, dass Ihr Thema bei mir gut aufgehoben ist. Im ersten Coaching klären wir das Ziel und stimmen gemeinsam den Rahmen ab.

Wenn wir beide empfinden, dass eine vertrauensvolle Zusammenarbeit möglich ist, unterstütze ich Sie gerne bei der Erreichung Ihrer Ziele.

Coachings können auch virtuell stattfinden!

## Veröffentlichungen

- „Wie Veränderung gelingt. Selbstführung in Coaching und Selbstcoaching“, Junfermann Verlag 2024
- „Emotionen und Körperwahrnehmungen wahrnehmen und nutzen“ im Buch „Professionell coachen – Erfahrungswissen und Interventionstechniken von 50 Coachingexperten“, Beltz Verlag 2014
- „Burnout-Prävention – Achtsamkeit als Schlüssel zur Veränderung“, Wirtschaftspsychologie aktuell 2/2012
- „Vom Reden zum emotionalen Erleben - Achtsamkeit und Selbstführung“. PersonalEntwickeln, Deutscher Wirtschafts-dienst 2009
- „Selbst in Führung. Achtsam die Innenwelt meistern. Wege zur Selbstführung in Coaching und Selbst-Coaching“, Junfermann Verlag 2007
- „Achtsamkeit als Schlüssel zur Veränderung“, Coaching-Magazin 3/2000
- „Accessing“ im Buch „Coaching-Tools II“ von Christopher Rauen, managerSeminare Verlag
- Mehrere Artikel zu Vorgehensweisen im Coaching, managerSeminare 2002-2008
- Diverse Veröffentlichungen über emotionale Intelligenz und Selbstführung, Personalführung 1998-2002