

## TONI SCHÖLLER, M.Sc.



### Highlights

- Studierte Ökonomin (ISM) mit Master of Science in Gesundheitspsychologie & Prävention (SRH)
- Angehende Psychologin (Abschluss vrs. 2023)
- Zertifizierte/r gestalttherapeutische/r Coach & Trainerin (isb/ Hephaistos), Achtsamkeitsexpertin (PBY)
- Spezialisiert auf Schnittstellen-Themen der Gesundheit, Prävention und Wirtschaft
- Fließend in Deutsch und Englisch. Sehr gut in Spanisch

### Coach und psychologische Beraterin

Als Coach und psychologische Beraterin unterstütze ich meine Klient:innen in einen gesunden Flow zu kommen und ihr volles Potential zu entfalten. Um dieses Ziel zu erreichen, arbeite ich mit psychologischen Diagnostikverfahren, systemischen Tools und wissenschaftlich fundierten Methoden und Techniken.

#### Themenbeispiele

- Erfolgreiches Stressmanagement, Umgang mit Emotionen und Leistungsdruck
- Ganzheitliche Standortanalyse, Klarheit in Entscheidungsprozessen gewinnen
- Arbeit an limitierenden Glaubenssätzen über die eigene Person, emotionale Stabilisierung in Veränderungsprozessen

### Trainerin

In meinen Vorträgen und Workshops vermittele ich praxisbezogene Methoden und lehrreiche Inhalte aus der Arbeits- und Gesundheitspsychologie, die auf die jeweilige Zielgruppe und deren Bedarfe zugeschnitten sind. Alle Vorträge und Workshops sind live und online, z.B. über Zoom oder Microsoft Teams, möglich.

#### Themenbeispiele

- Gesund und leistungsfähig Arbeiten - Gezieltes Stressmanagement und Stärkung von Resilienz (inkl. Achtsamkeitsübungen)
- Die neue Normalität (New Work/ Normal) - Die Bedeutung von Selbstorganisation und Selbststeuerung in Zeiten maximaler Flexibilisierung
- Weitere Themen und Inhalte sind im Trainingskatalog gelistet

### Referenzen

#### Kooperationen und Mitgliedschaften

in folgenden Organisationen: Mitglied im Verband deutscher Psycholog:innen, Mitglied bei der RAUEN Coach Datenbank, Psychologische Mentorin bei Likeminded, EMOTION Magazin Coach, Moderatorin bei der MOOVE GmbH und bei der trivention GmbH, Kooperationspartnerin von der Hochschule für angewandtes Management und MBA Student Coach bei der Munich Business School, Coach für Way Changer Reisen mit Wayers.

#### Aufträge

unter anderem bei folgenden Unternehmen: Alley VBMC GmbH, Dirk Rossmann GmbH, PBeaKK Postbeamtenkrankenkasse, Continental AG, Italienische Handelskammer München-Stuttgart (ITALCAM) e.V., FOM Hochschule für Ökonomie & Management, Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft (bfz) gemeinnützige GmbH, BWV Bildungsverband, uvm.

#### Berufserfahrung

in der Personal- und Organisationsentwicklung, unter anderem in folgenden Unternehmen im In- und Ausland: Fraunhofer-Gesellschaft, BMW Group, system worx GmbH, Von Schumann Coaching & Consulting, RehaZentren Baden-Württemberg.