

# Coach- und Trainer Profil

---



**Kathrin Solbach**

Expertin für Teamentwicklung und Transformations-Projekte

---

Kathrin Solbach ist Expertin & Sparringspartnerin für Teamentwicklung und Change Management Projekte. In Ihrer Rolle als lösungsfokussierte Trainerin, Moderatorin und Beraterin begleitet Sie Teams und Einzelpersonen auf Ihrem persönlichen Entwicklungspfad. Ihre berufliche Karriere hat sie im Projektmanagement gestartet. Hier konnte sie schnell erkennen, wie wichtig es ist, neben den richtigen Kommunikations- und Zeitmanagement Tools, die einzelnen Projektteilnehmer zu verstehen und mit ihnen ein Team zu bilden und gemeinsam Veränderungsinitiativen zu starten. Kathrin bringt eine langjährige internationale Konzernenerfahrung mit, die es ihr ermöglicht hat, selbst Führungsverantwortung auszuüben und hochmotivierte Nachwuchsführungskräfte aufzubauen.

---

## Workshop & Trainingsthemen können zum Beispiel sein

### Selbstwahrnehmung & Selbstführung

Führung für andere zu übernehmen, setzt voraus, sich selbst gut zu kennen, zu verstehen, was einen motiviert und was einen ausbremst. In diesem Training geht es darum, die eigenen Stärken und Schwächen besser zu verstehen, sich Feedback einzuholen sowie das eigene Bild von sich selbst als Führungskraft nachhaltig zu schärfen, um darauf basierend die eigene "Leadership Vision" abzuleiten und den persönlichen Sinn (Purpose) bewusst im täglichen Handeln und Umfeld zu leben.

### Selbstorganisation & Zeitmanagement

Mit zunehmender Verantwortung steigt die Anzahl der Aufgaben und Termine. In diesem Training geht es darum, die eigenen Herausforderungen zu identifizieren und neue Impulse für eine gute Selbstorganisation und Zeitmanagement mitzunehmen und diese schrittweise in den eigenen Alltag zu integrieren. Neben der Vermittlung von Methoden und Skills spielen die Themen Achtsamkeit und Umgang mit Stress eine bedeutende Rolle.

### Teamaufbau in Remote-Umgebungen

In unserem Berufsalltag finden viele Besprechungen und Abstimmungen überwiegend oder ausschließlich virtuell statt. Die Herausforderung besteht darin, Emotionen und Botschaften über „Bildschirme“ zu transformieren und gleichzeitig die Gesprächspartner zu involvieren und deren Botschaften und Sendesignale richtig zu deuten. Schlüsselkompetenzen sind hierfür eine gute Selbstreflektion und Empathie. In diesem Training geht es darum das eigene Wirken zu reflektieren und zu verstehen, wo Erfolgsschlüssel für eine gute Kommunikation und Teamaufbau im hybriden und remote Umfeld liegen.

### Wirkungsvolle Kommunikation und Konfliktmanagement

Wie heißt es so schön "Der Ton macht die Musik". Doch wie gelingt es, in der dynamischen Welt erfolgreich zu kommunizieren? Denn wo Kommunikation misslingt, kann dies Einfluss auf die Effizienz und Leistungsfähigkeit haben und im schlimmsten Fall können daraus Konflikte entstehen. Durch gezielte Methoden kann das Bewusstsein für solche Situationen sensibilisiert werden, um frühzeitig zu agieren und Konflikte zu vermeiden oder nachhaltig zu lösen.

---

## Das Besondere an der Arbeit mit Kathrin:

- Sparringspartner auf Augenhöhe mit hohem Praxisbezug
- New Work & arbeiten in Remote Umgebungen
- Ausrichtung auf Lösungen, Stärken und Chancen
- Selbstreflektion und Impulse für nachhaltige Veränderungen
- Internationale Erfahrung mit ausgeprägter deutscher, englischer und spanischer Sprachkompetenz
- Mehrjährige Führungserfahrung in einem internationalen Konzern (2. Führungsebene) und als Interims-Manager
- Stärkenorientierung und Entwicklungsfokus
- Präsenz und empathisches Auftreten

---

## Ausbildung:

- Dipl. Betriebswirtin und Master in Unternehmensführung
- Modulstudium: Change & Leadership Management
- Certified Innermetrix Consultant TM (CIC)
- TV & Moderationstraining
- Workshop Facilitator mit mehrjähriger Praxiserfahrung
- Weiterbildungen im Bereich Moderation, Projektmanagement, OPEX, u.a.

---

## Berufserfahrung:

- Seit 2021 selbständig als Moderator, Trainer und Coach mit Schwerpunkt Führungskräfteentwicklung, Change und Projektmanagement
- > 15 Jahre Praxiserfahrung in einem internationalen Konzern mit Fokus Talentmanagement & Personalentwicklung sowie Aufbau einer PMO-Organisation und Projektleitung diverser Konzernprojekte
- Fundierte Erfahrung in der Moderation von Workshops und Großgruppen Events, insbesondere zu Veränderungs-Themen und Teambuilding