



MINDKONTOR

ANGELA SPARRE



Gurlittstrasse 24 | 20099 Hamburg



info@mindkontor.de

MEIN PROFIL



„Eigene Stärken und Potentiale entdecken und entfalten“, unter diesem Motto biete ich, mit einer mehr als 20 Jahre langen und internationalen Erfahrung, lösungs- und ressourcenorientierte Beratungen, Einzel- und Teamcoachings sowie Trainings in englischer und deutscher Sprache an.

Als Diplom-Psychologin mit systemischer Ausbildung begleite ich Führungskräfte und Mitarbeiter u.a. dabei, Veränderungen als Chance zu sehen und unterstütze Teams, ihre Arbeitswelt positiv zu gestalten, um so das Wohlbefinden und den Erfolg im Team zu steigern.

ERFAHRUNGEN

Crew Resource Management Training (CRM)

CRM ist ein in der Luftfahrt gesetzlich vorgeschriebenes Training zur Verbesserung von Teamarbeit, Kommunikation und Sicherheit. Die Inhalte sind vielfältig, von Fehlerkultur, über Entscheidungsfindung bis hin zur Wahrnehmungspsychologie und mehr.

Leadership Training für Piloten und Purser

Alles rund um Führung und psychologische Sicherheit in einer Umgebung mit besonderen Rahmenbedingungen und wechselnden Team/Crew-Konstellationen.

Training & Workshop Moderation

Schwerpunkte: Kommunikation, Konfliktmanagement, Train the Trainer, Moderation & Präsentation, Kundenorientierung, Stress- und Selbstmanagement. Moderation von Teamworkshops, Teamentwicklungs- und Konfliktklärungsprozessen.

Systemische Beratung & Coaching

Schwerpunkte: Persönlichkeitsentwicklung, Umgang mit Konflikten und anderen belastenden Situationen, Veränderungsprozesse, Entscheidungsfindung und Gesundheit.

Resilienztraining – stark bleiben in bewegten Zeiten

In komplexen Arbeitswelten und bewegten Zeiten gilt Resilienz als erlernbare Kernkompetenz. Im Training geht es um kurzfristige „Schnelle-Hilfe-Maßnahmen“ im Umgang mit Stress sowie langfristige Strategien und Haltungen für mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit.

Fürsorgegesprächstraining für Führungskräfte

Ein Training für Führungskräfte, die ihre Kompetenzen im Führen von Fürsorgegesprächen stärken möchten. Ein lebendiges Praxistraining mit Video-Feedback und kollegialer Beratung.

2000 - HEUTE

2006 - HEUTE

2006 - HEUTE

2020 - HEUTE

2020 - HEUTE

2022 - HEUTE

SKILLS

Resilienz & Achtsamkeit

Stress- und Selbstmanagement

Gesund Führen

(Kundenorientierte-) Gesprächsführung

Konfliktmanagement

Teamentwicklung

Train the Trainer

Führungskräfteentwicklung

Human Factors Training

SPRACHEN

Deutsch

Englisch

METHODEN

Ausbildung:

2025

Integrative Paartherapie
(Norddeutsche Paarakademie)

2022

Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPP)

2020

Systemische Beratung und Therapie,
Institut für systemische Studien

2019

Krisenintervention für Gruppen und Individuen,
Stiftung Mayday

2008

Coaching- Ausbildung,
Deutsche Psychologen Akademie

2007

Ressourcenorientierte Beratung,
Milton Erickson Institut

2006

Diplom-Psychologin (Dipl.-Psych.)
Universität Hamburg

LINKED IN



Halt nur kurz die Kamera auf den Code, wenn du dich mit Angela Sparre vernetzen willst