Dr. Miriam Deubner-Böhme * Beraterprofil

Wer sich seiner eigenen Ressourcen bewusst ist, kann diese gezielt aktivieren und einsetzen. Führungskräfte stehen vor der Herausforderung, sich selbst und ihre Teams leistungsfähig zu halten – häufig bei hochkomplexen Anforderungen und ungünstigen Ausgangsbedingungen. Gerade in solchen Stressphasen ist der Blick auf die eigenen Ressourcen sowie die Ressourcen im Team oft versperrt. Ich berate Führungskräfte, ihre Ressourcenpotenziale zu erkennen, um damit ihre Handlungsoptionen zu erweitern und bewusste Entscheidungen zu treffen. Gesund führen bedeutet einerseits, auch in herausfordernden Phasen selbst gesund und leistungsfähig zu bleiben.



Gesund führen bedeutet auch, die notwendigen Bedingungen für die Gesundheit der Mitarbeiter aktiv zu gestalten. Das setzt bei Führungskräften ein Wissen über körperliche und seelische Grundbedürfnisse voraus. Genau hier setzten die hochwirksamen Methoden der Ressourcenaktivierung an. Im Vordergrund steht dabei eine gute Umsetzbarkeit, hohe Effektivität und Nachhaltigkeit.

Schwerpunkte für Beratung und Coaching:

- Gesund führen: Gesundheitsförderung und Ressourcenaktivierung von Führungskräften und Teams
- Ressourcenpotenziale erkennen und für komplexe Herausforderungen gezielt nutzen
- Entwicklung von Teams und Führungskräften

Aktuelle Veröffentlichungen:

U. Deppe-Schmitz & M. Deubner-Böhme (2018). 100 Karten für das Coaching mit Ressourcenaktivierung. Göttingen: Hogrefe.

M. Deubner-Böhme, M. & U. Deppe-Schmitz (2018). Coaching mit Ressourcenaktivierung. Göttingen: Hogrefe.

U. Deppe-Schmitz & M. Deubner-Böhme (2016). Auf die Ressourcen kommt es an: Praxis der Ressourcenaktivierung. Göttingen: Hogrefe.

Berufserfahrungen

Coaching für Ressourcenaktivierung und Gesundheitsförderung für Einzelpersonen und Gruppen

Führungskräfte- und Teamentwicklung

Betriebliche Gesundheitsförderung

Praxis für Verhaltenstherapie und Coaching in Berlin seit 2003, davor langjährige Tätigkeit als Psychotherapeutin in einer Klinik (Sucht- und Psychosomatik)

Mitgründerin des Instituts für Ressourcenaktivierung mit Sitz in Berlin

Forschungsprojekte zu Ressourcenaktivierung, wissenschaftliche Veröffentlichungen, Vorträge

Deutsche Gesellschaft für Positive Psychologische Forschung (www.dgppf.de)

Dozentin für Ärzte und Psychotherapeuten in Ausbildungsinstituten für Verhaltenstherapie und Coaching

Kompetenzen

Studium der Psychologie (Diplom-Psychologin) in Trier

Promotion in Braunschweig (Dr. rer. nat.)

Psychologische Psychotherapeutin / Verhaltenstherapie (IVB, Berlin)

Ausbildung zur Verhaltens- und Kommunikationstrainerin (artop, Berlin)

Kursleiterzertifizierung für Stressbewältigung und Gesundheitsförderung (IFT, München)

Weiterbildungen in Schematherapie und Schemacoaching, Achtsamkeit, systemischer Therapie und Beratung, Psychotherapie mit Älteren

Kontakt / Terminvereinbarung:

Miriam Deubner-Böhme

+49 (0)30 5321 9929
deubner-boehme@ressourcenaktivierung.de

www.ressourcenaktivierung.de