



## **Martina Limpächer**

Diplompsychologin  
ehemals Hörfunkjournalistin  
in dieser Kombination Coach, Kommunikationsexpertin und Trainerin

**Seit 2009** arbeite ich - gerne und mit viel Freude - selbständig in eigenem Office in den Bereichen (Team-)Coaching, Moderation und Training.

### **Fundament hierfür sind fast 15 Jahre angestellte Berufstätigkeit:**

Davon jeweils mehr als 6 Jahre als Hörfunkjournalistin (Funkhaus Landshut und Regensburg sowie Pressehaus München) und im Anschluss als interne Organisationsberaterin und interner (Team-)Coach bei der Daimler AG im Mercedes-Werk Sindelfingen.

**Im Rahmen des Hörfunks** gehörten folgende Tätigkeiten zu meinem Aufgabenprofil: Redaktionsarbeit und Reportagen, Live-Moderation sowie Nachrichtenredaktion und -präsentation mit CvD-Verantwortung.

**Bei Mercedes in Sindelfingen** waren es die eigenverantwortliche Konzeption, Moderation und Durchführung von Teamentwicklungen, strategischen Abteilungs- und Bereichs-Klausuren sowie das Coachen von Führungskräften, Potentialträgern und Teams.

Im Überschneidungsbereich der beiden Berufsbilder plante und moderierte ich zahlreiche Großgruppen- und Informationsveranstaltungen.

**Meine jetzt freiberufliche Arbeit** verrichte ich zu organisationspsychologischen Fragestellungen in Unternehmen unterschiedlicher Branchen und Größe (aktuelle Beispiele s. Anhang oder [www.limpaecher.de](http://www.limpaecher.de) | [Referenzen](#)).

**Mein fachlicher Hintergrund** (neben der Volontariats-Ausbildung im Bereich Hörfunkjournalismus und dem Studium der Arbeits- und Organisations-Psychologie an den Universitäten Regensburg und Tübingen):

- 1994 Seminarreihe **RADIO PRAXIS**, Akademie für privaten Rundfunk in Nürnberg
- 2003 Basiszertifikat am **Institut für Systemische Beratung** in Wiesloch
- 2006 Ausbildung **Organisationsaufstellungen** bei Dr. Gunthard Weber, Simon, Weber and Friends in Heidelberg
- 2009 **Coaching** kompakt bei Dr. Hans Jellouschek, PROFESSIO Akademie in Entringen
- 2011 **Systemisches Intensivtraining** bei Systeme in Aktion in München und Gstadt
- 2012 **Beratungsseminar** am Milton-Erickson-Institut Heidelberg bei Dr. Gunther Schmidt, *Schwerpunkt Burnout-Prävention*
- bis 2012 aktives **Ensemble-Mitglied** an der Herrenberger Bühne und bis 2016 im Theaterkeller Ehningen
- 2013 **Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie** (PEP® nach Dr. Michael Bohne), *Schwerpunkt Selbstmanagement*
- 2015 **C-Lizenz WLSB** (Württembergischer Landessportbund) im Bereich *Gesundheit und Prävention*
- 2015 **ZRM (Zürcher Ressourcen Modell®)** bei Dr. Gunter Frank in Heidelberg
- 2017 **Pilates-Trainerin DTB** (Trainer-Lizenz Deutscher Turnerbund, Frankfurt am Main) *Schwerpunkt Embodiment und Haltungsrbeit*
- 2017 **Hypnosystemische Kommunikation** (Gesprächsführung nach Milton Erickson), Milton-Erickson-Institut Tübingen
- 2018 **Akkreditierung zu INSIGHTS MDI INTERNATIONAL®**, Anwendung der Management Development Instruments (Scheelen AG)
- 2020 **Das Triadische Prinzip** bei Gabriela von Witzleben, Konstanz (Abschluss 2021), *Schwerpunkt Selbstmanagement*

## Anhang 1/2 (aktuelle Beispiele)

### Einzelberatung & Coaching

„Was“	Teilnehmer	Inhalt (in Auszügen)
Coaching	Ebenen Sachbearbeitung/ Team-/ Abteilungs- bis Bereichsleitung PotentialträgerInnen Geschäftsführung	fundierte Einzelberatung im Spannungsfeld „Person- Funktion“; Umgang mit Stress: professionelles Selbstmanagement & Kommunikationsverhalten
Coaching in Inhaber geführten Unternehmen (Gewerbe und Handwerk)	Gewerbe Handwerk	s.o.
Coaching in Joint Venture China-Deutschland-USA	Management	Management-Beratung im interkulturellen HR-Bereich

### Workshops für und mit Teams

„Was“	Teilnehmer	Inhalt (in Auszügen)
Integrationsworkshops im Rahmen einer Fusion - Branche: Versicherungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstand</li> <li>• Leitende Führungskräfte</li> <li>• Betriebsrat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vision</li> <li>• Umsetzungsprozess</li> </ul>
Team-Coaching - Branche: Automobil - Branche: Versicherungen - Branche: techn. Industrie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geschäftsführung</li> <li>• Führungskräfte</li> <li>• Kundenbetreuer</li> <li>• Labor- &amp; Office- Mitarbeiter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analyse IST-SOLL</li> <li>• Teammeetings zur Er- arbeitung von Lösungen in Richtung Soll</li> </ul>
Team-/ Projektklausuren - Branchen: s.o.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leitende Angestellte</li> <li>• Projektgruppen mit Change-Auftrag</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teamanalyse</li> <li>• Stellhebeldefinition</li> <li>• Arbeitsgruppen</li> <li>• Feedback-Prozesse</li> </ul>
Konfliktworkshops - Branchen: s.o.	Führungskräfte und (Führungs-)Teams bis zur Ebene Geschäftsführung	Klären angespannter Teamsituationen mit Fokus Zukunftsgestaltung
Team-Strategieworkshops - Sicherheitstechnologie	Teamleiter und Mitarbeiter interagierender Teams mehrerer deutscher Stand- orte unter Einbeziehen der Vorgesetzten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategie</li> <li>• Umsetzungsprozess</li> <li>• Umsetzungsmotivation/ „Spirit“</li> </ul>
Zukunfts-Workshops - Branche: Railway - Branche: Automobil	standortübergreifend Projekt- und Linienvorge- setzte inklusive MA	Großgruppdialog mit Ent- scheidungsfindung und Um- setzungsprozess
Großgruppen-Event - Abteilung mit 8 Teams	<ul style="list-style-type: none"> <li>• leitende Führungskraft</li> <li>• alle Teamleiter</li> <li>• 70 MitarbeiterInnen</li> </ul>	Infotainment <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coming together</li> <li>• Inputs &amp; Impulse</li> </ul>

Anhang 2/2 (aktuelle Beispiele)

## Trainings für und in Unternehmen

„Was“	Teilnehmer	Inhalt (in Auszügen)
<b>Interaktionskompetenz:</b> <u>Kommunikation wirksam gestalten</u>  <u>Kommunikation kompakt (KoKo)</u>	alle Ebenen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlagenmodelle</li> <li>• eigene Wirkung</li> <li>• Stimmbildung</li> <li>• Feedback-Prozess</li> <li>• Analyse und Reflexion der eigenen Situation</li> <li>• Gesprächsarchitekturen</li> <li>• Konfliktfähigkeit und Resilienz</li> </ul>
<b>Führungskompetenz:</b> <u>Führungskräfte-Reihe</u>	Ebene Teamleitung Ebene Shopfloor <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meister</li> <li>• VorarbeiterInnen</li> <li>• SchichtführerInnen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die eigene Persönlichkeit</li> <li>• das Führen von Mitarbeiter-Gesprächen</li> <li>• das Steuern von Teams</li> </ul>
<b>Prozessorientierung:</b> <u>3-Phasen-Prozessmodell</u>	Bereichsleiter auf der Ebene oberes Management	Entwicklungsprogramm für erfahrene Führungskräfte <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individualphase (online)</li> <li>• Kollektiv-Phase (Präsenztreffen)</li> <li>• Nachhaltigkeitsphase (online und Präsenz)</li> </ul>
<b>Persönlichkeitsdiagnostik:</b> <u>INSIGHTS MDI International</u>	alle Ebenen und Funktionsträger	Die eigene Persönlichkeits- und Motiv-Typologie erfahren und noch besser steuern

**Ich freue mich sehr über einen Anruf oder eine Email von Ihnen!**

(Kontaktdaten siehe unten)