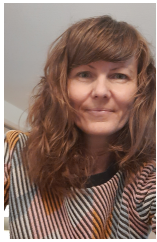


## Beratungsprofil **Friese Susan**



### Kontaktangaben

**Titel**

**Strasse/Nr.**

Laufengasse 26

**PLZ/Ort**

5080 Laufenburg

**Jahrgang**

1980

**Mobil**

0791941274

**E-Mail**

info@komplex-relaxt.ch

**Website(s)**

www.komplex-relaxt.info

**Titel bso**

Coaching

Supervision

**Branchen**

Bildung

Dienstleistungen allgemein

Gesundheits- und Sozialwesen

Kultur / Kunst

NGO's

**Sprachen**

Hochdeutsch

**Beratungsformen**

Coaching

Supervision

Lehr- & Ausbildungssupervision

Moderation

Mediation

Training / Weiterbildung

**Beratungsthema**

Organisationsentwicklung / Changemanagement

Fallbesprechung / Praxisberatung

Konflikte / Mobbing

Teamentwicklung

Schulung/Training

Selbstmanagement / Persönlichkeitsentwicklung

Führung / Management

Karriere / Standortbestimmung

**Über mich**

Auf der Suche nach Gold, welch Glück: Seit 2002 darf ich als Mensch in vielerlei Rollen bedeutende und kaum mehr wegzudenkende Erfahrungen in Organisationen sammeln. Durch die Einsicht und das Ausüben verschiedener Stellenangebote auf unterschiedlichen Linien, jene ich neugierig und dankend angenommen habe, lernte ich rasch soziale Interaktionen von toxischen und atoxischen, innerhalb verschiedener (Werte-) Systeme, all jene wertfrei in ihrer



---

Existenz zum Dasein berechtigt, zu unterscheiden. Für mich evolutionär betrachtet ein beeindruckendes Phänomen, wie unterschiedliche (Werte-) Systeme, ob Privatpersonen, Mitarbeitende, Führungskräfte, Gruppen, Teams, Organisationen oder auch Länder und Parteien, anders denken, fühlen und handeln.

Anfang 2018 begann sich meine Coachinghaltung, jene mir bereits teilweise aus der Sozialen Arbeit vertraut war, im MAS Coaching professioneller auszurichten. Meine Liebe zum Zazen, die Soziale Arbeit und Professional Coaching (Coaching und Supervision im beruflichen Feld) bildeten somit als Dreieck eine Einheit, aus der sich komplex-relaxt als eine reichhaltige Praxis für Kunden und Kundinnen entwickelte. Kunden und Kundinnen hier sind Privatpersonen, Mitarbeitende und Führungskräfte in verschiedenen Rollen sowie Organisationen mit Gruppen und Teams aus unterschiedlichen Branchen. In einem kostenlosen Erstgespräch kläre ich gemeinsam mit Kunden und Kundinnen ihren konkreten Auftrag. Wir schauen gemeinsam, welches Beratungsformat mit welchen Methoden, Tools am sinnvollsten das individuelle Anliegen reflektierend unterstützt, je nach Bedürfnis oder Notwendigkeit.

Privatpersonen, Mitarbeitende, Führungskräfte, Organisationen mit Gruppen oder Teams in ihren individuellen selbsterschaffenden und selbsterhaltenden Prozessen bei privaten oder beruflichen Veränderungen zu begleiten begeistert mich, weil auch ich während dieser Begleitungen immer wieder Neues dazulernen darf – so grundsätzlich meine Haltung als Mensch in vielerlei Rollen. Denn sowohl die Selbsterschaffung als auch die Selbsterhaltung als Prozess von (Werte-) Systemen bei privaten oder beruflichen Veränderungen verwahrt wie eine Schatzkiste pures Gold, und um dieses Gold zum Glänzen zu bringen, bedarf es der Öffnung dieser durch einen Schlüsselmeister oder eine Schlüsselmeisterin, wobei der Glanz des Goldes jedem (Werte-) System den Weg bereitet, auferlegte Schatten von aussen im Inneren seiner Selbst zu verlassen, um eine Art Ent-“Frei“-Faltung kennenzulernen, zugunsten seiner vollkommenen Verkörperung ...

... wie frei dem Willen eines kleinen Vogels, der den Himmel mit seinen noch unsicheren Flugversuchen beseelt, wenn dieser zu fliegen beginnt und dabei sein schlummerndes Potenzial wie eine Blume zum Blühen bringt. Jedoch: Wo ist dieser Schlüsselmeister oder diese Schlüsselmeisterin zu finden? Eine goldige Frage: Welch Glück. ;)

---

#### **Beruflicher Hintergrund**

Grundausbildung: BA Soziale Arbeit FHNW mit Vertiefung Gesundheit und Krankheit | Staatlich anerkannte Heilerziehungspflegerin | Friseurin mit Gesellenbrief | Weiterbildung: buk Modul 1 Einführung Unterstützte Kommunikation | Zertifikat TA-101 Grundlagenwissen der Transaktionsanalyse gemäss EATA mit Fokus Innere Antreiber Stress reduzieren und Burnout vorbeugen durch Introvision | Fachseminar Einführungskurs in das Schema der emotionalen Entwicklung mit Fokus auf Erwachsene mit intellektuellen Entwicklungsbeeinträchtigungen (SEO/SEED) | Ausbilderin: Sozialpädagogik HF | Soziale Arbeit FH | Berufsbildnerin: Betreuung Fachrichtung Menschen mit Beeinträchtigung | PART®-Basisseminar: Deeskalationstrategien Anwendung von Techniken | Grundlagenkurs in der Kranken- und Altenpflege



**bso**

Berufsverband für Coaching,  
Supervision und Organisationsberatung

---

**Beraterische Aus- und Weiterbildung**

MAS Coaching FHNW: CAS Prozessintegration und MAS Thesis | CAS Coaching Advanced | Fachseminar: Supervision als Coaching für helfende Berufe | Fachseminar: Coaching in der Personal- und Organisationsentwicklung | DAS Coaching FHNW | CAS Coaching in Organisationen | CAS Coaching Praktiker\*in

---

**Beratungskonzept**

Ich begleite Prozesse lösungsorientiert im Dialog und bei Bedarf wohlwollend konfrontativ, mit einer systemisch transaktionsanalytischen sowie emotionsfokussierten Bewusstheit, im Einzel-, Tandem- oder Gruppensetting: komplex-relaxt mit den Dingen schwingen.