



Carolin Dück

Trainerin, Moderatorin

„In meiner Arbeit steht für mich die biopsychosoziale Betrachtungsweise auf den Menschen im Vordergrund. Mein Interesse gilt dabei vor allem bei der Entwicklung persönlicher Kompetenzen zu unterstützen und auf Lebenswelten gesundheitsförderlichen Einfluss zu nehmen.“

Zum Hintergrund

- Ausgebildete Bankkauffrau
- Neun Jahre Berufserfahrung im Retail Banking einer Direktbank
- Nebenberufliche Tätigkeit als Gruppenfitnesstrainerin
- Abgeschlossenes Studium der Gesundheitspsychologie und Medizinpädagogik B.A.
- Planung und Durchführung verschiedener Seminare in Bereichen der Stressbewältigung und der psychosozialen Gesundheit
- Einjährige Berufserfahrung im Bereich der Co-Therapie einer psychosomatischen Klinik

Weiterbildungen

- Neulands Trainer Basics (Neuland Development & Training)
- Neulands Trainer Advanced (Neuland Development & Training)
- Die Neuland-Moderation (Neuland Development & Training)
- Wirkungsvoll Präsentieren (Neuland Development & Training)
- Gesprächsprozesse visualisieren und strukturieren (Neuland Development & Training)
- Fitnesstrainer C und B Lizenz (ASG)
- Aktuell in Weiterbildung zur Psychologischen Beraterin/ Personal Coach (sgd)

Seminarsprachen

Deutsch, Englisch

Meine Themenschwerpunkte



Coaching-Know-how

Stressmanagement, Resilienz & Burnout-Prävention

Selbstführung & Persönlichkeits-Entwicklung

Gesundheitsförderung

Train-the-Trainer

Präsentation und Rhetorik

