

PROFIL

Geboren in **Stuttgart**,
in **12/1968**, in 2 Kulturen
(griechisch/deutsch)
aufgewachsen, verheiratet,
1 erwachsener Sohn



Kontaktdaten

Rosenstraße 5B, 71640 Ludwigsburg
015738834495
www.mhochx.com
mkladoura@mhochx.com

Philosophie / Arbeitsweise:

Als Beraterin, Coach und Mediatorin ist es mir wichtig, eine vertrauensvolle Beziehung zu meinen Kunden aufzubauen, um mich gemeinsam mit ihnen auf den Weg zum Ziel zu begeben.

Dabei bringe ich meine langjährige Erfahrung aus verschiedenen beruflichen Rollen, u.a. 14 Jahre Mediatorin und Coach und 7 Jahre als Führungskraft und Projektleiterin, mit. Mein Verständnis für den Organisationskontext, meine Expertise als Begleiterin von organisationalen und individuellen Veränderungsprozessen, meine Intuition, bezogen auf das, was in der jeweiligen Situation hilfreich sein könnte, bilden das Fundament meiner Arbeit.

Ein wertschätzender Umgang und das Ausschöpfen der vorhandenen Ressourcen sind mir besonders wichtig. Ich nutze vielfältige (lösungsorientierte, kognitiv-emotionale, imaginative, intuitive) Methoden, die meine Kunden darin unterstützen, das Unbewusste und Relevante an die Oberfläche zu bringen, Klarheit zu schaffen, hinderliche Überzeugungen und Muster zu entkräften, ihr Handlungsrepertoire zu erweitern und manchmal ungeahnte Kräfte für das schrittweise Angehen und nachhaltige Erreichen der Ziele zu aktivieren. **Gestaltungsfreude mit Leichtigkeit und Tiefgang** zeichnen mich aus.

Meine Kernkompetenzen:

Hinderliche Dynamiken sichtbar machen und verändern, komplexe und festgefahrene Situationen bewegen, Konfliktklärung, Führung, Teamarbeit, Persönlichkeitsentwicklung.

Insbesondere: Emotionale Intelligenz entfalten: Denken, Fühlen und Handeln in Einklang bringen. Dialog- und Konfliktfähigkeit stärken. Reibungsverluste reduzieren. Zufriedenheit erhöhen. Haltung und Verhalten sichtbar und nachhaltig verändern.

Berufs- und Führungserfahrung:

Berufserfahrung	Position:		Zeitraum:
	Selbständige Beraterin, Coach, Mediatorin, Inhaberin M hoch x, eigene Geschäftsräume in 71640 Ludwigsburg, Rosenstraße 5B		Seit 2011
	Beraterin und Trainerin für Mindful Leadership in Organisationen bei Mindlead Institut Salzburg (www.mindlead-institut.com)		Seit 2021
	Life-Coach & Co-Founder EntfaltungsRaum Emotionale Intelligenz & Achtsamkeit: Coaching-Retreats (www.eraum.info)		Seit 2019
	Führungskraft, Business Coach & Senior Projektleiterin, Prozess-Beraterin, Business-Analyst, Trainerin, Juristische Beraterin bei der Mercedes-Benz Bank		1997-2011
Führungserfahrung	Position:	Anzahl MA:	Zeitraum:
	Mercedes-Benz Bank AG: Team- & Senior Projektleiterin	Bis zu 25	2005-2011

Werdegang / Ausbildung (für Beratung, Coaching, Mediation)

Erfahrung	10 und mehr Jahre
Zielgruppen	Vorwiegend Fach- und Führungskräfte, Projektleiter und (Projekt-) Teams, UnternehmerInnen 2007-2011 angestellt und seit 2011 selbständig

Qualifikationen:

- Seit 2025: Gestaltberatung/Gestalttherapie i.A. (Gestaltinstitut Tübingen)
- 2025: NARM informed Professional (Neuroaffektives Beziehungsmodell/ L. Heller)
- 2023: Zert. Beraterin für mindfulness-based systems change (MLI, Salzburg/Trigon)
- 2018-2023: Paarsynthese, Integrative Paar- und Sexualtherapie (GIPP e.V.)
- 2022/23: Hypnose im Coaching (Dr. Agnes Kaiser Rekkas, München/Peloponnes)
- 2022: The Wholeness Work I-IV (Dr. Connirae Andreas)
- 2021: Leadership Embodiment I+II (Facilitation Academy, Berlin)
- 2020/21: Zert. Trainerin für Mindful Leadership in Organizations (MLI Salzburg)
- 2021: Online-Mediation (zweisicht)
- 2020: EMDR-Coach (Institut für NLP und EMDR Tübingen)
- 2019, 2020: 8-Wochen-Praxis-Kurse Achtsamkeit, Selbstmitgefühl: MBSR, MBSC
- 2018: Agile Organisationsentwicklung (kollegiale-fuehrung.de)
- 2017: IntrovisionCoaching (dehner academy)

- **2017/18:** International Emotional Intelligence (Dietz Training und Partner)
- **2017:** Organisationsdesign (osb Wien)
- **2013/14:** Existenzielle Themen im Coaching (professio, H.Jellouschek)
- **2012/13:** Systemische Organisationsentwicklung und Changemgt. (isb Wiesloch)
- **2012-2014:** Wirtschaftsmediation (Trigon, fortbildung 1)
- **2012:** Teamcoaching (Kröber Kommunikation)
- **2011, 2018:** Systemische Transaktionsanalyse (professio und Dörthe Verres)
- **2010-2011:** Beraterqualifizierung für Veränderungsprozesse (professio + Daimler Corporate Academy)
- **2009-2014:** Systemisches Business Coaching Basis + Advanced (Kröber Kommunikation und professio)
- **2008:** Projektmanagement-Zertifizierung (GPM/IPMA)
- **1988-1996:** Rechtswissenschaften, 1. und 2. Staatsexamen

Sprachen

Englisch:	Sehr gut - ausgebaut im Ausland, in Projekten und Moderationen
Griechisch:	Muttersprache
Deutsch:	Muttersprache