



## KURZPROFIL

# Gabriela Voß

Selfleadership Coach  
Trainerin für  
Stresskompetenzen und  
Mental Health

## KONTAKT

📍 Wulf-Isebrand-Str. 44  
25764 Wesselburen  
☎ +49 (0)172 42 45 747  
✉ mail@gabrielavoss.de  
🌐 www.gabrielavoss.de

## SOFT SKILLS

Empathie  
Flexibilität  
Kommunikationsstärke  
Zielorientierung

## FREMDSPRACHEN

Englisch

## MEIN BUCH

„Schluss mit Overthinking -  
In 4 Schritten Grübeln stoppen  
und klare Gedanken fassen“

## MEIN CREDO

Verändern ist ein Tunwort



## LEISTUNGEN

### Für Führungskräfte

- Stressmanagement für Führungskräfte
- Sich selbst und andere führen mit dem inneren Team
- Die Führungskraft als Coach

### Für Teams

- Resilienz-Trainings
- Mental Health-Seminare
- Overthinking-Workshops

### Vortrag:

„Entspannt erfolgreich statt perfekt erschöpft -  
Wirksam Leistung und Wohlbefinden in Einklang bringen“

## AUS- UND WEITERBILDUNGEN

### Dipl. Agr. Ing

Justus-Liebig-Universität Gießen | Okt. 1984 - Sep. 1992  
Fachgebiet Umweltwissenschaften

### Trainerin für Stressbewältigung und Achtsamkeit

DFME Oldenburg | Juli 2013 - Nov. 2014

### MBSR (Mindfulnes Based Stress Reduction) Trainerin

IAF Bedburg | Mai 2016 - Sept. 2017

### Systemische Coachin

agreenfield Akademie | Feb. 2018 - März 2019  
(DCV-zertifiziert)

### Weitere:

LINC Personality Profilerin,  
Erlebnispädagogin/Outdoor-Trainerin, Qigong-  
Lehrerin, B-Lizenz Prävention (DTB), MBCL-Trainerin