

Julia König

Beraterin, Coach



julia.koenig@plan-a-consulting.de

„Was vor uns liegt und was hinter uns liegt, ist nichts im Vergleich zu dem, was in uns liegt. Wenn wir das, was in uns liegt, nach außen in die Welt tragen, geschehen Wunder.“ Henry David Thoreau

Beraterin und Coach seit 2020

Philosophie

Innere Haltung stärken. Klarheit finden. Wirksam handeln.

- Ressourcen- und stärkenorientiertes Coaching
- Begleitung in Übergängen & Veränderung
- Werteorientierte Entwicklung
- Innere Haltung & Selbstverbundenheit

Arbeitsschwerpunkte:

- Begleitung in persönlichen und beruflichen Wachstums- und Veränderungsprozessen
- Stressmanagement & Selbstregulation
- Selbstwert & Selbstwirksamkeit
- Werte- und Zielorientiertes Handeln

Aus- und Weiterbildungen

- 2024 – 2025 ACT: Akzeptanz-Commitment-Therapie (IF Weinheim)
- 2022 – 2023 Traumazentrierte Fachberatung & Traumapädagogik (Institut berlin)
- 2018 – 2019 Systemische Beraterin (plan a)
- 2015 – 2019 Zertifizierte Transaktionsanalytische Beraterin (DGTA)
- 2007 – 2008 Zertifizierte systemische Coach & Prozessberaterin (DVC)ments™ Yogalehrerin)

Studium

2005 – 2008 Wirtschaftspsychologie mit Schwerpunkt Personal & Organisation (Leuphana Universität Lüneburg)

Berufliche Stationen

- seit 2020 selbstständig als Coach & Beraterin
- seit 2025 HR Partnerin, Accenture, Hamburg
- 2023 – 2025 HR Managerin, initions GmbH, Hamburg
- 2020 – 2021 HR Business Partner, Tiefenbacher Group, Hamburg
- 2014 – 2020 Senior HR Partner Global, Gebr. Heinemann, Hamburg
- 2011 – 2014 Expert Management Development, ThyssenKrupp, Hamburg/Essen
- 2008 – 2011 HR Consultant, Funk Gruppe, Hamburg

Und sonst noch über mich

Geboren in Oberschwaben bin ich seit 20 Jahren in Hamburg zuhause. Ich liebe es, in der Natur zu sein; sei es in den Allgäuer Bergen, auf Amrum oder am Schaalsee.

Website

www.haltundhaltung.de