

Vera KeBeler
gemeinsam traue(r)n

TRAINING & COACHING
TRAUERREDEN & TRAUERBEGLEITUNG



ECHT • UNTERSTÜTZEND • POSITIV



Als gelernte Bankkauffrau und studierte Betriebswirtin habe ich viele Jahre im Banken- und Immobilienbereich gearbeitet – einschließlich Führungserfahrung in der Finanzbranche und später im Non-Profit-Bereich.

Als ausgebildete Systemische- und Emotions-Coach, Trainerin sowie Trauerbegleiterin unterstütze ich heute Einzelpersonen, Teams und Organisationen in Umbruchsituationen und Phasen der Trauer.

Neben klassischen Themen wie Team- und Kommunikationsentwicklung stehe ich insbesondere für mein Motto:

„Gemeinsam trauern, gemeinsam trauen.“

Meine Mission ist es, Emotionen und Trauer besprechbar zu machen – und sie aus der Tabuzone in die Mitte unserer Gesellschaft zu holen. Ich bin überzeugt: Wenn wir uns diesen Themen bewusst zuwenden, können Prozesse neu gestaltet werden. So entsteht Raum für Wandel und Neuanfang.

Vera Keßler

Meine Angebote für Privat & Teams/Organisationen



TRAINING & COACHING

Systemisches- & Emotionscoaching

Persönlichkeits- & Teamentwicklung

Kommunikation & Konfliktlösung

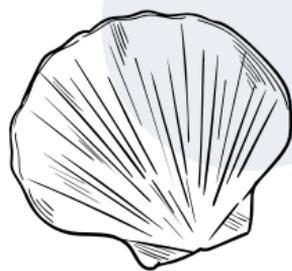
Resilienztraining

Trauer am Arbeitsplatz

TRAUER

Trauerreden

Trauerbegleitung



"Das Leben ist wie ein Fahrrad.
Um das Gleichgewicht zu halten,
musst Du in Bewegung bleiben."

Albert Einstein

Begleitung von Organisationen, Führungskräften und Mitarbeitenden in Veränderungsprozessen

Die Geschäftswelt ist heute mit tiefgreifenden Umbrüchen konfrontiert: Globale Krisen, technologische Umbrüche, gesellschaftliche Veränderungen – und nicht zuletzt der Generationswechsel in Unternehmen fordern neue Strukturen und eine andere Art von Führung.

Dabei ist es wichtig, die Menschen im Unternehmen mitzunehmen.

Häufige Themen:

- Restrukturierungen oder Führungswechsel
- Generationswechsel – es treffen unterschiedliche Werte, Kommunikationsstile und Erwartungen aufeinander
- Mitarbeitenden wird die Veränderung oft erklärt, Emotionen haben wenig Raum

Folgen bei Mitarbeitenden:

- Mitarbeitende fühlen sich übergangen und ziehen sich zurück
- steigende Krankenstände, sinkende Identifikation
- innere Kündigung

Wirtschaftliche Auswirkungen:

- Verlust von Fachkräften und Know-how
 - Rückgang der Wettbewerbsfähigkeit
 - Störung der Teamdynamik mit spürbaren Kosten für Produktivität und Stabilität
 - Erschwerte Mitarbeitergewinnung
- 

In „gemeinsam“ steckt „einsam“

Ziel: MitarbeiterVERbindung

Wirklicher Wandel gelingt nur, wenn er nicht über Menschen hinweg, sondern mit ihnen geschieht. Wenn Unternehmen Mitarbeitende halten, binden und emotional mitnehmen wollen, braucht es einen Wandel im Wandel - einen, der auf Wahrnehmung, Dialog und echter Integration basiert.



Trauer im Unternehmen - Der blinde Fleck im System

In vielen Betrieben gibt es Ansprechpartner:innen für Elternzeit, Pflege oder Gesundheit - bei Trauer ist oft ein blinder Fleck.

Häufig fehlen Zuständigkeiten, Klarheit und eine Gesprächskultur. Verlust durch Tod, Krankheit oder Trennung betrifft jedes Unternehmen - doch es fehlt fast immer an Vorbereitung.

Trauer ist nicht „nebenbei“. Sie ist Vollzeit. Sie bleibt nicht zu Hause. Sie raubt Kraft, Konzentration und Fokus - all das ist essenziell im Arbeitskontext.

Die Frage ist nicht, ob es passiert - sondern wie gut wir vorbereitet sind, wenn es passiert.

Und das ist ein Zeichen echter Wertschätzung und gelebter Unternehmenskultur.

Herausforderungen und Fragen, die sich häufig stellen:

- Wie begegnet man Kolleg*innen, die nach dem Tod eines Angehörigen zurückkehren?
- Was darf man sagen - was nicht?
- Auch Führungskräfte stehen oft hilflos da. Ihnen fehlen Erfahrung, Rahmen und Begleitung, um sowohl der betroffenen Person als auch dem Team gerecht zu werden - ohne das produktive Interesse des Unternehmens aus den Augen zu verlieren.



Vorbereitet sein - und warum Sie damit den Unterschied machen:

- Wertschätzende Unternehmenskultur fördert das Image und die Mitarbeiterverbindung
- Verantwortliche, Teams und Kolleg*innen gewinnen Sicherheit im Umgang mit trauernden Mitarbeitenden
- Fühlen Mitarbeitende sich verbunden mit Ihrem Unternehmen, steigt die Zufriedenheit und die Produktivität

"Haltung zeigen heißt: Trauer sichtbar machen - als Teil von Unternehmenskultur."

Emotionscoaching

Gefühle spüren, verstehen und regulieren

Manche unserer emotionalen Erfahrungen stärken uns, andere stehen uns im Weg. Sie bleiben oft unbewusst - ohne dass wir es wirklich merken - in unserem Nervensystem verankert. Genau dort setzt das Emotionscoaching an.

In Balance bleiben trotz emotionaler Strudel

Ob bei beruflichen oder privaten Anliegen:
Ziel ist es, wieder in Ihre Kraft zu kommen.

Hier einige Beispiel-Themen:

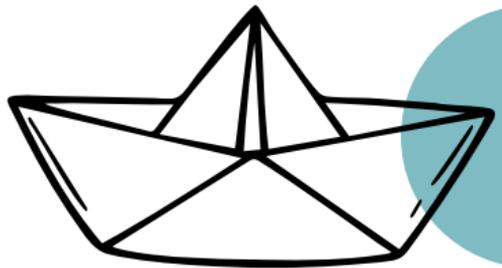
- Gewünschte Veränderungen schaffen
- Blockaden lösen
- Verhaltensweisen im sozialen und beruflichen Umgang ändern
- Beziehungs- und Kommunikationsfähigkeit stärken
- Sich selbst gegenüber empathischer sein
- Wohlbefinden und innere Zufriedenheit stärken
- Auftritts-, Prüfungs- und Höhenangst bewältigen
- Übermäßigen Genuss reduzieren (z.B. Heißhunger, Rauchtätigkeit, Mediennutzung, Kaufrausch)

"Es gibt keine positiven und negativen Gefühle. Alle sind gut. Alle haben ihren Platz. Alle zeigen uns etwas. Alle Gefühle sind zum Fühlen da!"



Als zertifizierte Systemischer Coach (BDVT) und emTrace®-Master-Coach unterstütze ich Sie bei Themen des privaten und/oder beruflichen Kontextes, die Sie herausfordern.

Meine Coaching-Methoden passe ich individuell auf Ihre persönlichen Bedürfnisse an.



Trauerreden

Gemeinsam Abschied nehmen

Die Zeit verrinnt. Wir können nichts festhalten. Aber wir können Erinnerungen in unseren Herzen bewahren.

Als freie Trauerrednerin finde ich liebevolle Worte, die die Persönlichkeit eines Menschen nochmal aufleben lassen. Meine Trauerreden sind Lebensreden mit vielen Erinnerungsmomenten und Abschiedsritualen als Zeichen der Verbundenheit.



„Du kannst die Wellen nicht stoppen, aber Du kannst lernen, auf ihnen zu surfen.“

Jon Kabat-Zinn



Trauerbegleitung

Halt und Zuversicht bei Abschied

Trauer hinterlässt Spuren in unseren Herzen. Ob Trennung, Krankheit oder Tod - jeder Verlust kann uns aus dem Gleichgewicht bringen. Es braucht Zeit, all die Gefühle zu begreifen, zu durchleben und zu verarbeiten. Als Trauerbegleiterin (BVT) unterstütze ich Sie dabei, Ihren persönlichen Weg zu finden, Schritt für Schritt durch Ihre Trauer zu gehen und ihr einen passenden Platz im Leben zu geben.

„Heute einfach mal sein.
Hier sein. Du sein. Traurig sein.
Verrückt und mutig sein.
Glücklich sein.
Ich sein. Darf sein.“

KONTAKT

Niehorster Str. 72
33334 Gütersloh
0151 / 74 27 71 14
kontakt@verakessler.de
verakessler.de