

Nicole Forrai

+49 (0) 160 544 64 92 kontakt@nicoleoforrai-coaching.de

www.nicoleforrai-coaching.de

Business-, Team- und Führungskräfte-Coach mit über 7 Jahren Erfahrung in Coaching, Projektleitung und digital geprägten Transformationsprozessen. Ich arbeite an der Schnittstelle von Führung, individueller Entwicklung und Organisation – insbesondere in Phasen struktureller Neuausrichtung und organisationaler Verdichtung.

Ich mache komplexe Dynamiken sichtbar, verbinde psychologische Tiefe mit klarer Struktur und stärke Führungskräfte & Professionals in Klarheit, Entscheidungsstärke und wirksamer Umsetzung.

ARBEITSSCHWERPUNKTE

- **Führungskräfte-Coaching:** Selbstführung, Rollenklärung und Emotionsregulation zur Stärkung von Präsenz, Klarheit und Entscheidungsfähigkeit
- **Team- und Organisationsentwicklung:** Begleitung von Transformations- und Umstrukturierungsprozessen, spannungsbasiertes Arbeiten, Rollen- und Verantwortungskklärung
- **Strategische Kommunikation & Feedbackkultur:** Entwicklung tragfähiger Dialogformate und professioneller Kommunikationsstrukturen
- **Berufliche Neuorientierung & Potenzialentfaltung:** Arbeit an Glaubenssätzen, Selbstwirksamkeit und innerer Ausrichtung für stimmige Karriereentscheidungen
- **Resilienz & Stresskompetenz im Business-Kontext:** Embodiment-basierter Interventionen zur Stabilisierung bei hoher Belastung und Veränderungsdruck
- **Psychologisch fundierte Prozessbegleitung:** Integration systemischer, schematherapeutischer und körperorientierter Ansätze für nachhaltige Entwicklung

ZIELGRUPPE & BRANCHEN

- Verbände, Bundesorganisationen und Non-Profits
- Öffentliche Träger und soziale Organisationen
- Mittelständische Unternehmen
- Führungskräfte und Professionals in verantwortungsvollen Rollen & Aufgabenfeldern

ARBEITSWEISE & METHODEN

Ich verbinde analytischen Tiefgang mit Empathie, Klarheit und konsequenter Umsetzungsorientierung. Im Einzelcoaching stärke ich Selbstführung, emotionale Souveränität und Entscheidungsfähigkeit. In Teamkontexten gestalte ich partizipative Formate, die Rollen klären, Zusammenarbeit strukturieren und wirksame Kommunikation fördern.

- Systemisches, schemabasiertes und embodiment-orientiertes Coaching
- Visualisierung komplexer Themen-, Rollen- und Spannungsfelder
- Strukturierte Entscheidungs- und Reflexionsarchitekturen
- Partizipative Dialogformate & kreative Interventionen

Nicole Forrai

AUSBILDUNG & QUALIFIKATIONEN (AUSZUG)

- Systemische Coach & kreative Prozessbegleiterin (DCV-zertifiziert, Institut für Coaching und Achtsamkeit, Berlin)
- Teamcoaching- & Facilitator-Ausbildung („Sensing The Essence“, Berlin)
- LINC Personality Certified Coach (LINC GmbH)
- Weiterbildung Schemacoaching & Schemaberatung (Institut für Schematherapie München)
- Fortbildung PEP® – Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie (nach Dr. Böhne)
- Heilpraktikerin für Psychotherapie (staatliche Erlaubnis, Gesundheitsamt Potsdam)

BERUFLICHER WERDEGANG

seit 2020	Selbstständige Business-, Team- & Führungskräfte-Coachin	Begleitung von Führungskräften und Teams in Veränderungs- und Transformationsprozessen
seit 2020	Freie Mitarbeiterin (Coaching Berlin Mitte, IFM Managementberatung)	Teamentwicklung, New-Work-Begleitung, Führungskräfte-Coaching und Trainings
10/2017–09/2020	Lead IT Consultant, MaibornWolff GmbH	Projektleitung & Product Ownerin im IoT-Umfeld; fachliche Führung eines 5-köpfigen Teams; Anforderungserhebung; UX- & Usability
03/2016–12/2016	Consultant Digital Business, Eck Consulting GmbH	Prozess- und Change-Design, Konzeption von Fachformaten und Projekten
01/2012–12/2014	Projektleiterin best4planning, d.core GmbH	Steuerung komplexer Marktforschungsprojekte; Budgetverantwortung, Controlling und Schnittstellenmanagement

AUSZUG KUNDEN

Ärzte ohne Grenzen • AOK-Bundesverband • Bauhaus Archiv • Bayer AG • bdew • docmetric • Jobcenter Potsdam • Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit • TÜV Nord • Sparkasse Rating und Risikosystem • Stephanus Stiftung • TUBS GmbH TU Berlin • Wirtschaftsförderung Brandenburg WFBB

REFERENZPROJEKTE

- **Bundesverband der Gesundheitsbranche**
Projektmanagement & Change Begleitung eines verbandsweiten Digitalisierungsprojektes zur Optimierung zentraler Kernprozesse auf Basis eines ECM-/DMS-Systems. Fokus auf Anforderungs
Ergebnis: strukturierte Prozessklarheit und erhöhte Steuerungsfähigkeit im Digitalisierungsprozess
- **Bundesverband der Energiebranche**
Coaching und Prozessbegleitung von Fachbereichsleitungen zur Weiterentwicklung von Zusammenarbeit, Gremienkultur und agiler Arbeitsweise. Fokus auf Rollen- und Erwartungsdynamiken sowie Einführung strukturierender Tooling-Formate.
Ergebnis: verbesserte Abstimmungsqualität, klarere Verantwortungslogiken und wirksamere Gremiensteuerung.
- **Diakonische Organisation & sozialer Träger**
Konzeption und Moderation von Leitungsklausuren sowie begleitendes Coaching in Retrospektiven, Teamklärungen und Führungssituationen. Fokus auf Rollenklärung, Entscheidungsfähigkeit und konstruktive Zusammenarbeit.
Ergebnis: gestärkte Führungskohärenz und erhöhte Verbindlichkeit im Leitungsteam.