

Ob beruflich oder privat: Ich stehe Ihnen mit Empathie, Erfahrung und ausgewiesener Expertise zur Seite.

Mercedes Magdalena Mende

- M.Sc. Psych.
- HP Psychotherapie
- Notfallpsychologin
- Dipl. Volksw.
- Mediatorin
- Coach
- Hochschuldozentin



Expertise

- Seit über 7 Jahren als **Führungskräfte-Coach** und externe Psychologin im Rahmen des betrieblichen **Gesundheitsmanagement** tätig
- Eigene **Praxis für Psychotherapie** in Friedenweiler (nahe Titisee-Neustadt)
- **Lehrbeauftragte** an der dualen Hochschule in Ravensburg und an der Hochschule Biberach
- Über 10 Jahre Erfahrung als **Führungskraft mit Personalverantwortung** auf verschiedenen Positionen in mittelständischen Unternehmen



Branchenerfahrung

- Industrie
- Handel
- Öffentlicher Dienst
- Kommunale Verwaltung
- Automotive
- Transport und Verkehr
- Gesundheitswesen
- Forschung
- Informationstechnologie

Im Kontext dieser Themen stehe ich Ihnen hilfreich zur Seite



Ängste / Vermeidungsverhalten
Sorgenschleifen/ Panik
Burnout / Erschöpfung
Konflikte / Mobbing
Emotionale und mentale Belastungen
Ein-/ Durchschlafprobleme
Krisensituationen



Souveräne und ausgeglichene Führung
Selbstwertgefühl / Selbstvertrauen
Stressresilienz / Frustrationstoleranz
Gelingende (Arbeits)Beziehungen
Wirkungsvolle Kommunikation
Emotionale Selbstkontrolle / mentale Stärke
Innere Sicherheit / neue Klarheit



Ausgezeichnet durch die persönliche Weiterempfehlung zufriedener Klientinnen und Klienten.



- Amtsärztl. Zulassung in Psychotherapie
- Master of Science in Psychologie
- univ. zert. Notfallpsychologie
- Diplom in Volkswirtschaftslehre
- Kognitive Verhaltenstherapie
- Traumatherapie mit EMDR
- Emotionsfokussierte Therapie

- Personal und Business Coach
- Personenzentrierte Therapie
- Lösungsorientiertes Coaching
- Mediation (Schwerpunkt: Wirtschaft)
- Klärungshilfe
- Mediation hochstrittiger Konflikte
- Verhandlungsmanagement



In meinem beruflichen Kontext habe ich bereits einige Coaches kennengelernt. Mercedes Mende unterscheidet sich für mich wohltuend durch ihre ungewöhnliche und sehr fundierte Kompetenz-Kombination. Sie ist eine ausgesprochen empathische Gesprächspartnerin, spürbar erfahrene Psychologin und manchmal auch pragmatische Volkswirtin zugleich. Sie beleuchtet "Probleme" damit in einer Breite und Tiefe, wie ich es bislang nicht kannte und gibt immer sehr konkrete und somit wirklich hilfreiche Impulse und Handlungsoptionen. Ich kann die Zusammenarbeit mit Mercedes Mende aus tiefster Überzeugung empfehlen.



Besonders beeindruckt hat mich, wie es Ihnen gelungen ist, auch in kniffligen Momenten die passenden Worte zu finden, entspannt zu bleiben und dabei die Situation immer gut im Griff zu haben. Ich habe mich in unseren Gesprächen gut aufgehoben und verstanden gefühlt und kann eine Zusammenarbeit mit Ihnen wärmstens empfehlen, liebe Frau Mende. Es ist mir gelungen, vieles nach meinen Vorstellungen zu verändern.



Kontaktdaten für persönliche Referenzen jederzeit auf Anfrage



Durch langjährige Führungspraxis bin ich mit den mentalen und emotionalen Herausforderungen des beruflichen Alltags vertraut und weiß um die Bedeutung der psychischen Gesundheit. Diesen wertvollen Blickwinkel bringe ich neben meiner therapeutischen Erfahrung fundiert und reflektiert in meine Tätigkeit ein.

Mit 40, verheiratet und als zweifache Mutter stehe ich mitten im Leben und kenne die vielen Überraschungen des Alltags. Ausgleich zu meiner Arbeit finde ich beim Laufen in den Wäldern rund um meine Praxis im Hochschwarzwald, beim Bergwandern in meiner zweiten beruflichen Heimat im Allgäu nahe dem Bodensee und beim Lesen.

Im Ehrenamt engagiere ich mich in der psychologischen Ersthilfe bei der Initiative Frauen und Kinder in Not e. V. und der Hotline für akute Krisen des Bundesverband Mediation e. V.



Sie haben weitere Fragen? Kontaktieren Sie mich einfach.
Gerne stehe ich Ihnen mit professionellem Rat zur Seite und helfe Ihnen, den für Sie passenden Weg einzuschlagen.

Herzlichst, Mercedes Mende

