

*Ich stehe Ihnen mit Empathie,  
ausgewiesener Expertise und großem Erfahrungsschatz  
aus weit über 2.500 Sitzungen zur Seite.*

### Mercedes Magdalena Mende

- M.Sc. Psychologin
- Psychotherapeutin (HPPsy)
- Notfallpsychologin
- Traumatherapeutin
  
- Dipl. Volkswirtin
- Mediatorin
- Coach
  
- Hochschuldozentin



*Mein Fokus ist Ihre mentale Gesundheit.  
Meine Arbeitsschwerpunkte sind Ängste, Konflikte, Krisen und Stresserleben.*



#### Expertise

- Seit über 8 Jahren freiberuflich als Psychologin, Führungskräfte-Coach und Therapeutin 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

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

#### Im Kontext dieser Themen stehe ich Ihnen hilfreich zur Seite



Ängste / Panikgefühle  
Burnout / Erschöpfung  
Konflikte / Krisenerleben  
Verleumdung / Mobbing  
zwischenmenschliche Probleme  
Gedankenkreisen / Druckempfinden  
Konzentrationsschwierigkeiten  
Unsicherheit / Zweifel



Souveräne Führung  
Selbstvertrauen / Selbstsicherheit  
Resilienz / Stressregulation  
Konfliktklärung  
Gelingende (Arbeits)Beziehungen  
Mentale Stärke / Emotionsregulation  
Selbstwertstärkung  
Innere Stabilität / Ausgeglichenheit



*Ausgezeichnet durch die persönliche Weiterempfehlung meiner Klientinnen und Klienten aus Politik und Wirtschaft.*



- Amtsärztl. Zulassung in Psychotherapie
- Master of Science in Psychologie
- univ. zert. Notfallpsychologie
- Diplom in Volkswirtschaftslehre
- Kognitive Verhaltenstherapie
- Traumatherapie mit EMDR (PTBS)
- Traumatherapie mit NARM (kPTBS)

- Emotionsfokussierte Therapie
- Focusing Therapie
- Ego-State Interventionen
- Personal und Business Coach
- Mediation (Schwerpunkt: Wirtschaft)
- Klärungshilfe
- Mediation hochstrittiger Konflikte



*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 Therapeutin und manchmal auch pragmatische Volkswirtin zugleich. Sie beleuchtet "Probleme" in einer Breite und Tiefe, wie ich es bislang nicht kannte und gibt immer sehr konkrete Impulse und hilfreiche Ideen. Ich kann die Zusammenarbeit mit ihr aus tiefster Überzeugung empfehlen.*



*Mein Amtsvorgänger und ehemals langjähriger Bürgermeister hat seine Abwahl nicht verkraftet und sich nach seiner Wahlniederlage in den Gemeinderat wählen lassen. In der Folge kam es zu unzähligen Problemen und Konflikten. Er nutzte jede Gelegenheit, auch als Sprecher seiner Fraktion, die Sitzungen zu stören und meine Amtsführung öffentlich zu kritisieren. Frau Mende hat mir geholfen, einen guten Umgang damit zu finden und die Situation zu klären.*



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 Erfahrung als Coach, Beraterin und Therapeutin fundiert und reflektiert in meine Tätigkeit ein.

Mit über 40, verheiratet und als zweifache Mutter stehe ich mitten im Leben und kenne die Herausforderungen des Alltags. Körperlichen Ausgleich zu meiner Arbeit finde ich beim Laufen in den Wäldern rund um meine Praxis im Hochschwarzwald und beim Bergwandern in meiner zweiten beruflichen Heimat im Allgäu nahe dem Bodensee. Und: Ich habe eine ausgeprägte Vorliebe für Bücher. So vergeht kaum ein Tag ohne Lesen.

Im Ehrenamt engagiere ich mich in der Krisenintervention und bei der Initiative Frauen und Kinder in Not e. V..



**Sie haben weitere Fragen oder möchten mehr erfahren?**

*Zögern Sie nicht, mich zu kontaktieren!  
Gerne stehe ich Ihnen mit Rat zur Seite und unterstütze Sie,  
den für Sie passenden Weg einzuschlagen.*

*Herzlichst, Mercedes Mende*

