



## BERUFLICHE EXPERTISE

### SENIOR CONSULTANT

Cornelia Tanzer GmbH, Köln (2023 - heute)

- Konzeption und Durchführung von Einzel- und Gruppen Assessment Centern zur Personalauswahl und -entwicklung
- Durchführung von Potentialanalysen und Management Audits zur Erhebung des Potentials und Ableitung von Entwicklungsmaßnahmen
- Trainings im Bereich Personalentwicklung und Führung
- Team Entwicklungsmaßnahmen
- Führungskräfte Coaching

### FREIBERUFLICHE ARBEITSPSYCHOLOGIN & COACH

Christina Sperling (2017 - heute)

- Wirtschaftspsychologische Beratung für mittelständische Unternehmen und Privatpersonen
- Team-Workshops zum Aufbau stärkenorientierter Strukturen
- Inhouse Seminar Entwicklung zum Thema Unternehmenskultur & konstruktive Kommunikation
- stärkenbasiertes Führungskräfte Coaching
- Gruppen und Einzel Coaching für Menschen mit Wunsch nach beruflicher Neuorientierung

### SPRACHEN

- Deutsch - Muttersprache
- Englisch - Fließend
- Französisch - Grundkenntnisse

### KENNTNISSE

Arbeits- & Organisationspsychologie  
Coaching & Persönlichkeitsentwicklung  
Positive Leadership Zertifizierung  
Transformationale Führung  
Wertebasierte Unternehmenskultur

### STÄRKEN & KOMPETENZEN

Führungsvermögen  
Lösungsorientierung  
Ausgeprägte Intuition  
Soziale Intelligenz  
Sehr gute Ausdrucks- und Kommunikationsfähigkeit

## QUALIFIKATIONEN

XLNC Leadership Zertifizierung  
"Diagnostik und Coaching zu Führungskultur und -verhalten"

XLNC Leadership GmbH (02/2023)

„Positive Leadership Zertifizierung nach dem PERMA-Lead Modell“

Ebner Team Training GmbH (11/2016)

„Positive Unternehmenskultur“, Int. Positive Psychology Association (07/2016)

„Sicherer Umgang mit psychisch erkrankten Mitarbeitern“,

Team Gesundheit (11/2014)

„Konfliktmanagement“,  
Haufe Akademie (09/2012)

*Christina Sperling*



Telefon: 02424-202 94 35

E-Mail: [info@christinasperling.de](mailto:info@christinasperling.de)

Web: [christinasperling.de](http://christinasperling.de)

## AUSBILDUNG

04/2016 – 04/2017

### INTERNATIONAL LIFE & BUSINESS COACH (IHK)

Life & Business Coaching Academy  
Frankfurt + IHK Darmstadt

Inhalte: Neurolinguistische Programmierung (NLP), Kommunikationsmodelle, Systemisches Coaching, neuropsychologische Grundlagen, lösungsfokussiertes Kurzzeitcoaching, Re-Imprinting, Persönlichkeitsentfaltung, Resilienz, Umgang mit Krisen, Zeitmanagement, transformationale Führung

03/2011 – 12/2013

### MASTER OF ARTS (M.A.) WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGIE, LEADERSHIP UND MANAGEMENT

SRH Riedlingen, staatlich anerkannte  
Fachhochschule der SRH  
Hochschulen

Abschlussnote: 1,4

Schwerpunkt: Arbeits- und Organisationspsychologie

Inhalte: Empirische Sozialforschung, Arbeits- und Organisationspsychologie, Leadership, Macht- und Mikropolitik, Konfliktodynamiken, Werte, Organisationskultur, Change Management, Interculturale Management, Human Capital Management, Employee Retention Management, Systemisches Denken, Wissensmanagement

10/2002 – 09/2005

### DIPL.-BETRIEBSWIRTIN (BA) FACHRICHTUNG INDUSTRIE

Duale Hochschule, Mannheim

Abschlussnote: 2,0

Doppeldiplom: Diplom (BA) und Bachelor of Arts

Schwerpunkte: Marketing und Personalwesen

Inhalte: Allgemeine Betriebswirtschaftslehre, Volkswirtschaftslehre, Marketing, Personal Management, Internationales Management, Business English

## WEITERBILDUNGEN

THETA HEALING®

THInK/THETA HEALING® INSTITUTE  
OF KNOWLEDGE, Montana USA

Inhalte: Coaching über den Theta Zustand zur Auflösung innerer Blockaden und Glaubensmuster, Transformation ungewollter Denkmuster, Veränderung von Verhaltensstrukturen im Unterbewusstsein, Umwandlung negativer Gefühle, Heilen seelischer Verletzungen

REIKI | 1. & 2. GRAD

Silke Hain,  
Reiki Lehrerin & NLP Master Coach

Inhalte: Traditionelle japanische Energiearbeit zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte, für Entspannung und Entschleunigung, als Wellnessanwendung für Körper, Geist und Seele, zur Stärkung in Stresssituationen und psychischen Krisen, zur Kräftigung des Nervensystems

## EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT

### AUSBILDUNG CRITICAL INCIDENT STRESS MANAGEMENT (CISM)

International Critical Incident Stress  
Foundation Inc. (ICISF)

2 Kurse mit je 13 Unterrichtsstunden plus  
nachgewiesene Praxisstunden mit  
Einsatzkräften

### AUSBILDUNG ZUR KRISENINTERVENTIONS- HELFERIN (KIT) UND PSYCHOSOZIALE NOTFALLVERSORGUNG (PSNV)

Malteser Hilfsdienst e.V.

- 64 Unterrichtseinheiten
- 6 Monate Hospitation
- Über 200 Stunden Einsatzerfahrung als Kriseninterventionshelferin
- Über 50 Stunden Erfahrung in der Einsatzkräftenachsorge mit Einsatzkräften von Feuerwehren und Rettungsdiensten

Christina Sperling



Telefon: 02424-202 94 35

E-Mail: info@christinasperling.de

Web: christinasperling.de