

Ich verbinde psychologische Expertise, Führungserfahrung und systemische Beratungspraxis. Mein Kaleidoskop an Erfahrungen eröffnet Zugänge zu sehr unterschiedlichen Lebenswelten – und ermöglicht mir, Menschen in Wandel, Krisen und Neuorientierung professionell und empathisch zu begleiten. Beratung bedeutet für mich: systematische Hilfe zur Selbsthilfe.

**„ICH BEGLEITE MENSCHEN,
BIS SIE IHRE EIGENE BEDEUTUNG
WIEDER SPÜREN.“**

**Ganzheitlich. Systemisch.
Lösungsorientiert. Ich stehe für
Prävention, soziale
Gerechtigkeit und psychische
Gesundheit. Meine Haltung ist:
Menschen stärken – bevor sie
an ihre Grenzen kommen.**

NINA HARTMANN



AUS- UND WEITERBILDUNG

- Systemische Supervisorin (SG-zertifiziert)
- B. Sc. Psychologie
- M. Sc. Gesellschafts- und Wirtschaftskommunikation
- Traumazentrierte Fachberatung (THZM)
- Mental Health First Aid Instruktorin (ZI)
- Train-the-Trainer Resilienz-Coaching (Dr. Reichhart)
- Interkulturelle systemische Beraterin (SG)
- Fortbildungen in Positiver Psychologie, Hypnotherapie, Kinder- und Familientherapie, Mind-Body-Medizin, Krisenintervention, Suizidprävention

LEITUNG & BERATUNG

Caritas Landkreis München:

- Führungskraft Wohlfahrtsverband
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Psychologischer Dienst & Krisenintervention
- Psychosoziale Beratung in kultursensiblen und hochbelasteten Kontexten
- Projektmanagement, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Personalführung, Ehrenamtskoordination & Jugendarbeit

WORKSHOPS & PROJEKTE

- Resilienztraining & Selbstfürsorge für soziale Berufe
- Storytelling-Club für Kreativität & mentale Gesundheit
- Familien im Kontext Flucht & Migration
- WE! Woman Wellbeing & Empowerment

GESELLSCHAFTLICHES ENGAGEMENT

- 3. Bürgermeisterin & Gemeinderätin (Bündnis 90/Die Grünen, Oberhaching)
- Coach an der Universität St. Gallen (Persönlichkeitsentwicklung)
- aktives Mitglied der Petra-Kelly-Stiftung
- Mit-Gründerin von Fairmieten e.V. – Wohnraum für benachteiligte Menschen
- Mentorin im Netzwerk Chancen (soziale Aufsteiger*innen)

Mutter von drei Teenagern. Große Schwester. Älteste Tochter. Aufgewachsen mit Meditationsreisen, Mind-Body-Medizin & Ringer-Camps. Vertraut mit Verantwortung, Vielfalt und Neuanfängen. Stationen: Heidelberg, Viña del Mar, Berlin, Barcelona, Buenos Aires, Frankfurt, St. Gallen, München. Geprägt durch Twentysomething- & Midlife-Krisen, Parentifizierung, Poesietherapie & Hochsensibilität, Rushing-Woman-Syndrom, Burnout & Balance, Trauer & Sinn.