

# Dein Leben. Deine Bühne.

## Künstler und Performer

**Du stehst bereits auf der Bühne – oder träumst davon, dorthin zu gelangen. Vielleicht bist du Sänger, Schauspieler, Tänzer oder Künstler und kennst die Herausforderungen, die dieses Leben mit sich bringt: Der ständige Balanceakt zwischen künstlerischem Ausdruck und den Anforderungen des Alltags, die Frage nach Sichtbarkeit und Authentizität, die manchmal unerbittliche Suche nach Perfektion.**

Mit meinen 25 Jahren Erfahrung als professionelle Performerin, zahlreichen in großen Musicals und über einem Jahrzehnt Tourleben weiß ich genau, wie sich dieses Leben anfühlt – in seiner ganzen Schönheit, aber auch mit seinen Schattenseiten. Ich kenne die intensiven Dynamiken in einem Team, das gemeinsam lebt, arbeitet und auftritt. Ich weiß, wie es ist, den Beruf mit der Familie zu jonglieren, und was es bedeutet, auf der Bühne alles zu geben und gleichzeitig authentisch zu bleiben.

## Mein Coaching richtet sich an dich, wenn du:

- Den Genuss der Sichtbarkeit erleben möchten, ohne dich zu vergeben.
- Mit Lampenfieber und Nervosität einen guten Umgang erlernen wollen.
- Aus deiner Authentizität Kraft schöpfen willst – und dich traust, auch unperfekt zu sein.
- Deine Bühnenpräsenz intensivieren möchtest, egal ob du introvertiert oder extrovertiert bist.
- Einen Weg, berufliche und persönliche Herausforderungen in Einklang zu bringen.
- Du möchtest in deinem Team besser positionieren, sei es auf der Bühne oder hinter den Kulissen.
- Gesunde Grenzen setzen willst, um dich selbst zu schützen und gleichzeitig respektvoll mit deinen Kollegen umzugehen.
- Konflikte in der Zusammenarbeit lösen oder dich in schwierigen Teamdynamiken behaupten wollen, ohne dabei dein inneres Gleichgewicht zu verlieren.
- Entscheidungen treffen und deinen eigenen Weg gehen willst – statt immer nur mitzulaufen oder dich anzupassen.
- Deine persönliche Work-Life-Balance finden, stärken oder neu ausrichten möchtest. Gemeinsam entwickeln wir Strategien, die auf deine individuellen Bedürfnisse und Lebensumstände abgestimmt sind.

**Gemeinsam arbeiten wir daran, dass du dich auf der Bühne – und in deinem Leben – wirklich zu Hause fühlst. Es geht darum, deine einzigartige Ausstrahlung zu stärken, dich mit Freude und Leichtigkeit sichtbar zu machen und deine Energie bewusst einzusetzen.**

## Perfekt unperfekt, voller Leidenschaft und ganz du selbst.

