



## Manola Kraus, Jahrgang 1966

- Dipl. Sozialpädagogin (FH)
- Personal- und Organisationsentwicklerin
- Systemische Beraterin
- Personal-, Management- und Teamcoach
- Führungskräfte- Potenzialträgerentwicklerin
- Resilienzberaterin und Live Coach
- grad. Counselor Kunst- und Gestaltungstherapie
- Prozessbegleiterin für strategische und persönliche Entwicklung und Veränderungssituationen
- Anwenderin für Positive Psychologie
- Zertifizierte Positive Leadership PERMA® Profiler

## Wie alles seinen Anfang nahm...

### Lernen als Lebensthema

Ich war anders. Das wurde mir schon sehr früh gesagt und das spürte ich auch in dem kleinen Dorf in einem privaten Kinderheim und später als SOS-Kinderdorfkind! Ich hörte: Mit Deiner „Herkunft“ musst Du ganz besonders leisten in dieser Gesellschaft, wenn Du es zu etwas bringen willst. Lerne, damit Du eine Chance hast.

Also ging ich gerne zur Schule. Ich las, was immer ich in die Finger bekam, spielte in Theaterstücken und galt als natürliche „Anführerin“ im Sinne einer Ideenhaberin und Funkensprüherin, der man gerne folgte.

### Struktur, Verbundenheit und Werte

Durch meine Geschichte fand ich zu meinen Werten. Das Leben in einer „Großfamilie“ in sozialen Institutionen lehrte mich die Bedeutung von

- Gemeinschaft leben und Verantwortung übernehmen
- Struktur und Ordnung halten
- Umgang mit begrenzenden Rahmenbedingungen und Ressourcen
- Umgang mit Chaos
- Durchsetzungsfähigkeit und Entscheidungsstärke.

### Offenheit, Mut und Freude am Tun

Gleichzeitig war meine Kindheit geprägt von **Kreativität und Gestaltung** - Theater, Kostüme und Bühnenbilder, Malen und Musizieren. Wir waren das Haus, in dem täglich gesungen und musiziert wurde und in dem BesucherInnen gerne ein- und ausgingen. Ich stand auf der Bühne, sang und spielte Gitarre. Es war uns wichtig, die Menschen mit unserer Musik zu erfreuen. Wir haben Schallplatten und Musikkassetten produziert, Politikern erklärt, wie wir lebten und in unserem Haus mit prominenten Besuchern wie der Kaiserin Farah Diba-Pahlavi oder Roberto Blanco am Kaffeetisch gesessen. Dafür brauchte es **Offenheit, Mut und Ausdauer und Freude am Tun.**

## Vision

Geprägt von dieser Kindheit kam ich zu meiner Vision

Alle Menschen sollten die Chance auf Bildung haben, und ich wollte dafür meinen Beitrag leisten. Nämlich den Raum dafür schaffen, Lernen freudvoll und erfolgreich zu gestalten und mit meinen Impulsen ein selbstbestimmtes Lernen und Weiterentwickeln ermöglichen.

Wie habe ich sie zum Leben erweckt:

### Kunst als Quelle für Kreativität und Inspiration

Neben den Studien und vielfältigen Qualifizierungen zur Professionalisierung meiner Angebote als Prozessbegleiterin in Form von Training, Coaching und Beratung habe ich früh begonnen, das Bildhafte und Gestalterische in meine Angebote zu integrieren. Neben theoretischem Unterbau und dem Reflektieren von praktischen Erfahrungen geht es aus meiner Sicht auch darum, eigenes tiefes Wissen aus einem gestalterischen Prozess zu schöpfen.

Vor ein paar Jahren erfüllte ich mir auch den Traum von einer mehrjährigen Qualifizierung zur Counselorin Kunst- und Gestaltungstherapie. Seither entwickle ich in Zusammenarbeit mit Künstlerinnen Material und Gestaltungsarbeiten für meine Führungskräfteausbildungen, für Coaching und Teamentwicklung.

### Unkonventionell und vielfältig

Immer wieder ging ich ins Ausland. Ich arbeitete in London als Au Pair, als Handpuppenverkäuferin und Brezenbäckerin, in Spanien als Familienhelferin im SOS-Kinderdorf und Weihnachtskartenübersetzerin in der SOS-Kinderdorfzentrale und schließlich als suggestopädische Trainerin in Entwicklungshilfeprojekten in Lateinamerika. Dieser Zeit verdanke ich, **Demut** und **Dankbarkeit** zu empfinden sowie **Vielfalt** und **Andersartigkeit** zu würdigen und als **wichtige Leitwerte in mein Leben zu integrieren.**

### Krisenerprobt und resilient

Natürlich hatte ich auch mit Verletzungen, Krisen und schmerzhaften Veränderungen zu kämpfen. Hier haben mir Glück und liebevolle Begegnungen, Bindungsfähigkeit, Neugier und Liebe zum Lernen, Sinn für das Schöne und Gute, Optimismus, vielfältige Interessen, Studien und Literatur, Ausbildungen und schließlich all die Erfahrungen in meinem persönlichen und beruflichen Umfeld geholfen. Das Thema **Resilienz und Resilienzfähigkeiten** sind stetiger Begleiter in meinem persönlichen und beruflichen Sein.

**Mit vison + support unterstütze ich Sie individuell, in Teams und Organisationen.**

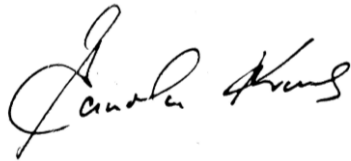
## Stärkung von Lebenszufriedenheit, Arbeitsleistung und Arbeitszufriedenheit wie auch der Umgang mit lebensverändernden Ereignissen und Veränderungen

Heute, 30 Berufsjahre später, bin ich überzeugt davon, dass **persönliches und soziales Wohlbefinden** die Schlüssel für **gelingendes Leben und Arbeiten** sind. Bei der Entwicklung von Kompetenzen richte ich den Fokus auf positive Praktiken, die positive Emotionen, persönliches Engagement, gelingende (Arbeits-) Beziehungen, Sinnhaftigkeit und Zielerreichung fördern. So werden Lebenszufriedenheit, Arbeitsleistung und Arbeitszufriedenheit wie auch der Umgang mit lebensverändernden Ereignissen und Veränderungen gestärkt.

**„Wer die Menschen aufrichtet, schlägt Wellen in die Gesellschaft hinein“**  
(Pater Anselm Grün)

Seit 2002 bin ich mit vision + support dabei, Sie auf Ihrem Weg zu unterstützen.

Ihre



**vision + support : Kompetenzorientierte Prozessgestaltung für persönliche und berufliche Entwicklung mit Einzelpersonen, Teams und Organisationen**

**Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit Ihnen.**

**Kontakt:**

**Manola Kraus**

**vision + support**

Christophstraße 9

80538 München

+49 (0)89 21 02 77 23

Mail: [info@vision-and-support.de](mailto:info@vision-and-support.de)

Homepage: <https://vision-and-support.de/>

<https://vision-and-support.de/wp-content/uploads/2020/02/Kompetenzprofil-Manola-Kraus-Fa-vision-und-support-02-2020.pdf>

**Referenzen: <https://vision-and-support.de/vision-support/kunden-und-kundenstimmen/>**