



Katrin Terwiel

Fueled by Freedom

Die Psychotherapeutin und Ex-Executive Katrin Terwiel hat in ihrer Konzernlaufbahn über 500.000 Menschen geholfen, gesünder, freier und produktiver zu arbeiten. Heute leitet sie Führungspersönlichkeiten und Unternehmen in Sachen Mental Health und Diversity an und erschließt Ressourcen, die in den meisten Firmen brach liegen. Katrin hat keine Angst vor heiklen Themen und reißt ohne Druck systemische Hürden ein.

Über Katrin Terwiel

Katrin fühlt sich in Vorstandsbüros genauso heimisch wie in der Rockkneipe. Unvoreingenommen betreut sie **Führungskräfte** durch **persönliche Herausforderungen** und Unternehmen auf ihrem Weg in eine **inklusive Arbeitswelt**. Daneben diagnostiziert und coached Katrin **Menschen mit ADHS** und bespricht in ihrem **Podcast DEEP SHIT TALKS** psychologische Themen für Profis und Laien. Die 38-jährige lebt mit ihrem Hund Kio in Münster, wenn sie nicht gerade mit ihrem Bulli on Tour ist.

Talking Points

Diversity:

- / Data-Driven Diversity-Management: vom Bauchgefühl zu echten KPIs
- / Alle wünschen sich „Tone from the Top“ – Aber was mache ich, wenn die Führung nicht hinter dem Thema steht?
- / Gender-Gaga und Wokeness-Bubble – Haben wir keine echten Business Probleme
- / Diversity-Arbeit skalieren durch Mitarbeitenden Netzwerke & Governance
- / Wer ein Gehirn hat, hat Vorurteile – Wie navigiere ich meinen unconscious bias?

Mental Health:

- / Als Führungskraft im Dauerstress vital und leistungsfähig bleiben
- / Mitarbeitende in psychischen Krisen – Was Führungskräfte tun können und wo Grenzen sind
- / Psychische Erkrankung – macht ein Outing in der Firma Sinn?
- / Vielfalt der Gehirne – etwa 20% der Menschen sind neurodivergent
- / AD(H)S am Arbeitsplatz – Innovationstreiber oder Chaos-Garant?

Quotes & Aufhänger

„Eine LinkedIn Nachricht an den CEO der Telekom hat mir meinen VP-Posten verschafft.“
„Morgens Vorstandsmeeting, abends Moshpit: Wir brauchen wilde Kontraste.“
„Als eine Freundin ein Grillwürstchen wendete, beschloss ich zu kündigen.“
„Resilienztrainings in Firmen sind ein gefährlicher Trend.“
„Warum Morgenroutinen Bullshit sind.“
„Was ein Führungskreismeeting und Gruppentherapie für Schizophrene gemeinsam haben.“
„In meiner Zeit als Executive hat mein Kalender ein Eigenleben geführt.“
„Den Mut-Muskel kann man trainieren.“

Reach out

Pronomen: sie/ihr

#GernePerDu

/ www.katrin-terwiel.de

/ +49 (0)157 70 57 2525 / office@katrin-terwiel.de



Auf
Linked In
verbinden



Download
Pressefotos
& Logo

**Katrin
Terwiel**