



# Monika Eßer-Stahl

Coach, Trainerin und Schauspielerin

## Berufserfahrung

→ 01/2005 - jetzt

**Freiberufliche Kommunikationstrainerin/systemischer Coach** für Firmen und Institutionen sowie Einzelpersonen zu den Themen: Präsenz | Spontanität | Agilität | Erfolgreiche Teamarbeit | Körpersprache usw. für Kunden wie Siemens, das Max-Planck-Institut, das Goethe-Institut, ifb u.a.

→ 06/2015 - jetzt

**Dozentin an der Privaten Pädagogischen Hochschule Linz (Österreich)** für Studierende der Theaterpädagogik für die Themen „Improvisationstheater“ und „Storytelling“

→ 02/2002 - jetzt

**Schauspielerin beim Improtheaterensemble „fastfood theater“, München**

**Gastspielerin** im deutschsprachigen Raum bei ITK Konstanz, Tsurigo Schweiz, sensemble Theater Augsburg u.a.

Mehr als 1000 Improtheater-Shows in Theatern und für Firmen.

→ 02/2002 - jetzt

**Moderatorin** für Events, Institutionen und Teams.

→ 01/1992 - jetzt

**Schauspielerin** bei freien Theaterprojekten

**Sprecherin** für Hörspiele, Meditationen, Fachbücher, Hörprüfungen

→ 06/1996 - 06/2005

**Lehrerin Deutsch als Fremdsprache** für Kinder in der Japanischen Schule München (angestellt von 1996 - 1997), ab 1997 freiberuflich für die Spracheninstitute DESK und Nations in München, Erwachsenenbildung

## Aus / Fortbildung

→ 2012 - 2014

**Systemischer Coach und Prozessberaterin**

Ausbildung Armin Rohm, Zertifikat anerkannt vom DBVC

→ 1990 - jetzt

Diverse Aus- und Fortbildungen als Sprecherin und Schauspielerin (Lisa Piosczyk, Daniele Legler, Keith Johnstone u.a.), sowie Trainerin und systemischer Coach (z.B. Großgruppenmethoden bei „Frischer Wind“)

	15. September 1968
	Weiherweg 32c 82194 Gröbenzell
	Telefon 0 8142 - 6525325 Mobil 0175- 565401
	monikames@t-online.de
	<a href="http://www.monikaesserstahl.de">www.monikaesserstahl.de</a>
	<a href="#">LinkedIn</a>

→ 1996

**Magister Artium** für die Fächer Deutsch als Fremdsprache / Theaterwissenschaft / Neuere dt. Literaturwissenschaft mit der Note 1,16

### *Publikationen*

→ 2021

**Out of the box – Angewandte Improvisation: Das Praxisbuch für agile und erfolgreiche Teamarbeit**, Verlag managerSeminare Edition Training aktuell

→ 2022

**Hörspiel für Kinder „Das Traumelfchen“**, Sprecherin für zwei Rollen  
Mitgründung und Co-Projektleitung des KünstlerInnenverbundes „Bilder in den Ohren – Hörspiele für Kids“

### *Kenntnisse*

**Microsoft Office** gut  
**10-Finger-Tastenschreiben** sehr gut

### *Fähigkeiten*

Mutter von zwei Kindern (geb. 2007 und 2009), Familienmanagement  
Flexibilität und Interesse, Neues zu lernen

Zugewandtheit und Talent, Trainingsinhalte an unterschiedlichste Zielgruppen klar und humorvoll zu vermitteln.

Innovation (z.B. neues Online-Improformat in der Corona-Pandemie entwickelt und mehrfach erfolgreich aufgeführt)

### *Sprachen*

**Englisch** fließend  
**Französisch** gute Kommunikationsfähigkeit

### *Ausland*

→ 09/1988 – 07/1989

Au-pair-Tätigkeit in Paris, Französisch-Sprachdiplom

→ 09/1992 – 04/1993

Lehrerin für Deutsch als Fremdsprache an der Technischen Uni Kosice, Slowakei und dem Gymnasium Trebisovská, Kosice, Slowakei

Interessen

Singen, Lesen, Qi Gong, Rai-Reiten