

## Pressekontakt

**Dr. Stefanie Bickert**

**E:** [stefanie.bickert@tonka-pr.com](mailto:stefanie.bickert@tonka-pr.com)

**M:** +49 17658851839

**Denise Schöwing**

**E:** [denise.schoewing@tonka-pr.com](mailto:denise.schoewing@tonka-pr.com)

**M:** +49 1743276281

Das INHESA-Institut für Health- und Selfcare wurde im Jahr 2020 von der führenden deutschen Coach-Persönlichkeit Kara Pientka und der Ärztin Priv.-Doz. Dr. med. Frauke Bataille in Berlin gegründet. Es gehört zu den Marktführern im Bereich des europäischen Health-Coachings. Mit dem Ansatz „Medizin trifft Coaching“ bildet das Institut auf einer wissenschaftlich fundierten und ganzheitlichen Basis aus. Neben den Lehrprogrammen auf unterschiedlichen Levels bietet das Coaching-Institut individuell angepasste Programme für Unternehmen und Führungskräfte sowie für Privatpersonen an. Diese Programme unterstützen bei der Verbesserung der Arbeitskultur, Organisation und Lebensqualität.

Die am Institut angewandten Methoden basieren auf Expertise aus über 25 Jahren professionellem Coaching im Kontext von Business-, Life-, Health- über Selfcarethemen. Die INHESA-Lehr-Coaches sind Mitglieder des weltweit größten Coaching-Verbands, der International Coaching Federation, die über 50.000 Mitglieder zählt. Mehr Informationen über das INHESA-Institut finden Sie unter: [www.inhesa.de](http://www.inhesa.de)

## Coaching-Ausbildungen

Das INHESA Institut vermittelt in seiner Ausbildung für Neueinsteiger (Basis-Ausbildung) und bereits fortgeschrittene Coaches (Master-Level-Ausbildung) einen medizinisch fundierten Coaching-Ansatz, der frei von Esoterik und Dogmatismus ist. Im Rahmen der Ausbildung werden Erkenntnisse aus Psychologie und Neurowissenschaften mit bewährten Coaching-Strategien zu einem innovativen Ansatz verknüpft. Diese interdisziplinäre Arbeitsweise im Coaching ist in der Branche europaweit einzigartig. Die Lehr-Coaches am INHESA-Institut haben Expertise in den Bereichen Business, Stress, Health und Selfcare. Ihre Qualifikationen sind durch die Qualitäts- und Ethikrichtlinien der International Coaching Federation gesichert. Das Coaching-Institut entwickelt seine Methoden ständig weiter. So wurde am Institut unter anderem der identitätsorientierte Health & Selfcare Coaching-Ansatz entwickelt. Dieser Ansatz hat das Ziel, mentale Blockaden zu überwinden und durch gesunde und nachhaltige Strategien zu ersetzen.

### Unternehmen

INHESA

### Gründung

2020

### Standorte

Berlin, Zürich

### Gründer\*innen

Kara Pientka und Priv.-Doz. Dr. Frauke Bataille

### Ausgebildete Coaches (Stand November 2023)

Basis-Ausbildung: 99 in Deutschland, 6 in der Schweiz

Master-Ausbildung: 143 in Deutschland

### WEBSEITE

<https://www.inhesa.de/>

Weitere Informationen, aktuelle Pressemeldungen sowie Bildmaterial finden Sie im [Tonka-Newsroom](#).